

道藏精華第一集之三  
文山選定蕭天石三編

會文堂藏書社印行

# 道藏精華

（龍門派丹法訣要）  
全真法脈清規全指



道藏精華第一集之五  
文山遯叟蕭天石主編

龍門派丹法訣要  
全真法脈清規全指

自由出版社印行





道藏精華第一集之八  
文山遯叟蕭天石主編

# 龍門派丹法訣要

自由出版社印行



# 道藏精華第一集之八

## 龍門派丹法訣要

頁次

### 浮黎鼻祖金華秘訣

是書從道藏中錄出，凡一卷十二章，署廣成子著，仙翁葛玄註。爲萬卷丹經鼻祖。凡藥物火候，鼎器壇爐，俱已吐露。然金水交媾之玄，玄關竅舘之秘，灰池煉氣之真，猶秘而未言。後此書得張紫陽序而出之，更得仙翁葛玄註解，始將前所未發之蘊，纖細畢陳，於是天機之秘，於此書盡洩矣。世之留心性命，專意修真者，循以修參，成丹得道，指日可期。

### 太一金華宗旨

蔣侍郎元庭輯，取坎填離活法，本書坎離交媾章言之最精。此爲金蓋山所藏完全足本，與道藏輯要本及以往坊間刻本，有霄壤之別。

### 東華正脈皇極關闔證道仙經

尹真人著，此書與太一金華宗旨相爲表裏，修性修命，均爲太上心傳，渡世寶筏。此爲金蓋山最初刻本，與後世私傳本迥別。

### 尹真人寥陽殿問答編

一

八一

四七

一五

共六篇，青羊宮傳鈔秘本，言煉丹採藥火候等，皆極妙極玄極簡極正又極明白，或驚其洩漏秘文而削去之，道販業又從而竄改之，乖訛百出。故近世刻本不及此本萬一。

## 上品丹法節次

一〇五

衡陽道人李德洽原述，金蓋山人閔一得續纂。內述煉已存誠，築基培藥，坎離交媾，採藥歸鼎，周天火候等凡十二篇，語語皆有精意，洵爲丹道家難得之作。

## 管窺篇

一三二

閔小艮先生述，其文道明而理深，言簡而義賅，語語精要，無一莫非道家之秘竅。

## 泄天機

一三五

神人泥丸李翁口授。閔一得傳纂。凡六篇、內論金液大還，築基，煉已，烹煉抽添，大藥火候，九轉胎完等秘法，無不精簡妙要，洵爲丹道之秘意。

## 二懶心話

一四七

是書不著撰人，言淺而深，粗而精，命意幽微，似有所向，真難觀之秘書。閔小艮謂閱其心話，殆養生家而將從事於南宮者之言。實非虛語。學者切宜謹慎從事。

## 如是我聞

一六一

是書內有金丹說，開關法說，金丹要旨等，屢標我祖泥丸李翁。此乃出於西川陳翁所口述，蓋龍門宗一家言也。

呂祖師三尼醫世說述……………一七一

是書共分六章，由第一步說宗，至第六步說法，證果而止。閱一得曾謂北派七真，亦係以此道證仙果者。功夫次第，循序漸進。雖曰三聖之別旨，龍門宗之秘傳，要亦盡人可學也。

孫不二元君法語……………一九三

清靜散人著，前詠坤道功夫次第第五言四韻十四首，一曰收心，二曰養氣，三曰行功，四曰斬龍，五曰養丹，六曰胎息，七曰符火，八曰接藥，九曰煉神，十曰服食，十一曰辟穀，十二曰面壁，十三曰出神，十四曰冲舉，爲女子修真得道之階梯。後詠女功內丹七言絕句七首，包含玄機，深藏妙道，尤爲女修之導師。

西王母女修正途十則……………一九七

沈大師授，閱一得註，自九戒，本命，性原，修經，以至胎息等共十則，而一以孝敬柔和，貞靜慈惠等倫理道德爲基礎，故確爲女修之正途也。

泥凡李祖師女宗雙修寶則……………一二一

是書一名女功指南，皆言女子修道之正法，共分九章，爲其欲事超凡，先淨凡思，繼空三界，與孝敬慈祥，柔順利貞等不違坤道之人旨，無不敬守名教，篤於倫理，故曰雙修寶筏。





## 浮黎鼻祖金華祕訣序

慨自天地未判。日月未明。陰陽未立。五行未分。混沌恍惚。杳冥絪縕。內有靈光。隱藏真精。一生壬癸。二旺丙丁。丙丁火發。照耀玄冥。產出庚黃。鑄作金庭。金庭異室。戊己真形。故古先大聖。知大塊中有物。礦土中藏鉛。鉛中產銀。銀變成金。金中產砂。砂中生汞。汞吐三華。名曰黃芽。乃天地造化之根源。陰陽日月之精華。皆本於此。聖人知此消息。先用水以盜其氣。次用火以煉其形。水火交煉以育其神。始得形神俱妙。與道合真。人得服餌。改形而仙。夫白金隱於黑鉛之中。陰勝陽微。必假聖灰池騰盡陰癸。而見壬水真形。卽煅以陰陽池鼎。投紅入黑。方變爲金。內黃外赤。五彩鮮明。鑄作神室。形滯於形。滋以金水。同類相親。金水吸受。真汞乃生。是故鉛一變而爲壬水。二變而爲丙火。三變而爲龍汞。四變而爲真金。五變而爲戊己土。太極兩儀。四象五行。莫不由之。莫不本之。採其靈根。制爲神室。神室者。藏神之宅也。乃神氣出入飛伏之所。其中竅妙。有闔有關。呼之則神應而來。吸之則神隨而往。日復一日。漸漸凝結。內有胞胎爲神之依。外主鄧鄂爲神之護。其來也不疾而速。其住也強而後伏。孰使之然哉。蓋因水火之功也。故古歌云。火者藥之父母。藥者火之子孫。水火之功大矣哉。故擬乾坤之橐籥而鑄神室。象日月之昇沈而運藥物。效寒暑之推遷而行水火。奪天地之神氣而成金丹。金丹之名。豈虛語哉。蓋金乃水中之金也。鉛中之金。有形之金。水中之金。無形之金。以無形之金。

合有形之金。神隨形住。氣逐形靈。同類易施功。非類難爲巧。欲作服食仙。宜以同類者。非特金有金。而火亦有二火焉。有有形之火。有無形之火。有形之火。乃日時所加之火。無形之火。乃木中之火。無形之金。非無形之火不能昇而入。有形之金。非有形之火不能採而出。此又有無互相制伏之妙。古仙聖賢。心而未發。而僕獨暴露者也。藥自虛無。豈出自空無者哉。蓋無本於有。有生於無。有無互用。器用者空。借此空器之靈。藏我虛器之神。凡火銷金。金伐木榮。眞土兆形。眞水澄清。清真合處。百日通靈。三胎九轉。十月丹成。凡磁瓦礫。盡皆成金。刀圭入口。白日飛昇。藥物眞正。火候調停。霞光滿室。雲露填庭。此藥生之景象也。昇而後降。降而復昇。入之有路。出之無門。此藥伏之關鍵也。遇水解化。遇火堅凝。化之若水。堅之若冰。此藥成之效驗也。馬齒琅玕。鳳翅龍鱗。鍾乳黃輿。化明窗塵。此藥成之形狀也。神室內外。除胞胎。惟有金水往來。金水者。乃得金氣之玄水。又號神水。並非凡水井泉。又非方珠星月之水。煉丹之訣。但能引神水入華池。萬事畢矣。廣成子於崆峒。煉丹度黃帝上昇。授以金丹祕訣。金華十二篇。此書藥物火候。鼎器壇爐。俱已吐露。但金水交姤之玄。玄關橐籥之祕。灰池煉氣之眞。祕而不言。天律甚嚴。不傳竹帛。天不愛道。地不愛寶。我亦豈敢自私。僕體太上之心。欲使人人成道。個個歸眞。以此書未發之祕。條陳無遺。使世之留心性命。專心道德者。有緣遇師。得此書印證。方肯誠心下手爲之。雖未面傳。亦我之徒也。嗚呼。凡夫滿眼決烈。誰與僕以有緣。荷天垂休。火得藥。但功行未備。未能上昇。嘗恨道未得。遇人爲難。道已得。成道尤難。有緣得觀。是必信而

行之。方知師恩難報，而造化神功大矣。可忽之哉。紫陽張伯端序

陸平泉曰：死生者，天地之定制，人理之必至，定于稟氣受形之初，不以貴賤愛惡有所增損。故曰：賢愚同盡。然而顏淵之於盜跖，大椿之於朝菌，玉石俱焚，蠶猶同臭，而其辨不可紊也。故有死而不朽，有沒世而名無稱者。非所論於生死之同也。故曰：至人以萬世爲箕裘，蟬蛻以旦暮爲大年，蟻蟻以墮天爲一世。

## 浮黎鼻祖金華祕訣題詞

金華祕訣、舊傳葛王二註。細味王註、不識藥物。卽言言解折、終屬未同。惟仙翁註與紫陽序、深得廣成之祕。故諸經不列註、獨入此註。諸經不列序、獨入此序。而於王註則刪之。知我罪我、惟此一書矣。已亥仲夏一壑居士題

謹案此經、原名金藥祕訣。藥字的是華字之訛、向來相沿、未加詳攷。因關係經名、不敢不辯。試觀參同契云、古記顯龍虎。黃帝美金華。又云、卒得金華、轉而相因。許旌陽祖師石函記、太陽元精論內云、奇哉、大道如是、孰能結金華也。孚佑上帝、純陽道祖、有金華宗旨、闡明金華之義甚詳。卽本經亦云、開鼎視之、金華射日。其爲金華、非金藥、萬無可疑矣。此經爲萬古丹經鼻祖、真傳祕訣、盡寓其中。得葛老祖註解精微、直洩天機之祕。後之學者、幸寶之。廣化弟子惠覺謹誌。

# 浮黎鼻祖金華祕訣

廣成子 著

仙翁葛玄註

## 採金定水章第一

混沌杳冥。杳冥生靈。靈光一點。誕育羣精。採一之水。除一之癸。定

一之數。配一經緯。感得靈父。方成聖體。

葛玄曰、太上重玄一之道、本於混沌太極、浮黎虛懸、分霞逐彩、布氣成

光、徹上徹下、始生曰靈。靈生真一。一生玄水。水生二。二生三。三生萬物。作金液神丹、湛然常住之法、莫不由之。且黑鉛以母隱子胎。白金以子藏母胞。內含先天真一金水之精華、煉盡陰癸、壬水自現。用火採出、煉成一塊五色真土、制爲鼎器。作二十四品大丹之父母、七十二石之宗祖。自然使嬰姪和諧。龍虎蟠結於玄關竅中。烏兔會行於黃道室內。感靈父聖母之氣、以成萬劫不壞之軀也。神哉神哉。

## 求真踵息章第二

黑中有白。天地煉形。黑盡白見。號曰眞金。金水得類。火數無更。煉

成乾道。脫凡爲眞。安金盞水。砂汞凝神。

葛玄曰、黑者陰也。白者陽也。以陽煉陰、雄裏懷雌、淡中有味。欲制之

法、將黑鉛入於灰池、發火久久而煉之、鉛盡水乾、銀體自露。其中有水銀、形如白雪、狀若馬牙、乃名辛金、號曰水中銀、是爲丹砂之根。將此一昧之金、送入陰陽池鼎、配以庚金、煉如鷄子、外白內黃、變其體爲輕。黃以象乾卦、謂之黃芽、以成聖母。爲丹之基、百彙之根、萬靈之祖、天地之精。中有眞砂眞汞、爲仙家之天寶。修煉得此天寶、則藥物在此、鼎器在此、火候在此、丹砂無別蘊矣。而世人將凡砂凡汞修煉者、豈能神異而變化乎。

### 神室變化章第三

室象鷄子。黃白一家。上下兩釜。中虛寸窩。骨肉金玉。開就瓊花五

星攢會。萬靈贊嘉。神通廣溥。感應無差。

葛玄曰、法象莫大乎天地。天地者、道中所生之一物耳。天地設位、變

化於中。故神室以金母鑄就。上釜象天。下釜象地。上下兩釜、合成一軀。如同鷄子、黃白混沌。大衍之數五十有五、其用四十有九。中虛一竅、惟許寸餘、以象太極變化。是爲陰陽合德之符、號爲明堂。又稱天心。又曰祖土。而爲中黃變理陰陽、出入玄牝衆妙之門。虛而能靈、乃化生萬物之所也。外以金鼎包裹神室、關固嚴密、防有不測之患。內以胞胎產出神物、光



明赫弈、能爲萬物之靈、俱得水火升降之氣、透入二八空器物中、玄鳥咬鬼、一呼一吸、魂魄凝和、同聲相應、同氣相求、交以天精地髓、激出雲龍風虎、一顆明珠、藏於九光寶苑之內、萬象在其中矣。此珠譬如北辰、居其所而不動。在於黃室、五星旋繞、萬靈散仰、神通莫測、開出芙蓉美金菊花。求之者、俱得遂意、去病除災。是乃無質生質、化爲金粟。滿鼎金砂、紅光灼灼。人得此金砂服之、昇入無上清虛之境、不爲地水風火所拘。超出陰陽易數之外、卷舒造化、移星易斗、無施不可。咦、借爾胞胎、養我形骸。爾靈我聖、跳出塵埃。

#### 壇爐鼎竈章第四

擇其福地。置竈爲匡。爐通一竅。運動陰陽。形如鍋釜。員厚相當。中

安金鼎。造作有方。如鷄三足。橐籥舒光。

葛玄曰、仙佛祖師爲大丹綯緣、出見於世。擇選靈山福地、蓋造丹室

數椽、築壇三層。壇上安竈、竈上有爐、爐中有鼎、鼎中有神室。神室中有胞胎、懸鏡掛彩、鎮符驅崇、而煉金丹、以顯冲舉、不生不滅、開化後人。鼎象口中鷗鳥三足、包裹神胎、無有絲毫走漏、是謂橐籥。淳于叔通所謂、員三五、寸一分。口四八、兩寸脣。長尺二、厚薄均。腹齊三、坐垂溫是也。當斯之時、運動陰爐陽鼎之法象、以己身中內道合之、開化混沌、運用坎離、主執陰陽、使二景舒光、五靈相合、添水運火、暗合符節、超凡入聖、以保身形。

#### 水火化育章第五

提携日主。併羽月宸。水流親下。火燥昇騰。養形三五。合法晨昏。金

水十六。萬物化醇。旋箕歷斗。策後鬼神。

葛玄曰、日中之主曰壽儀。月中之宸曰結璘。欲得日月二君合璧、生

8

靈於乾坤竅內、養出夜明寶珠、須假凡水火烹煎、眞水火以成胎。受氣既足、則光溢無極。蓋凡水中有火、火中有水。水火既濟、陰在上、陽在下、妙合周天璇箕歷斗之度。烹煉玉芽黍米、結成胎仙。易曰、形乃謂之器。制而用之謂之法。故以符攢爻、爻攢時、時攢日、日攢月、月攢年、年攢世、世攢運、運攢會、會攢元。總乾坤二卦之策。運周天一年三百六十日當期之火。奪盡天地生成之數。反復殺機、在於一日之內。不使符候乖張、陰陽失序。知其無、守其有、則大藥精神百倍。乾坤交姤罷、一點落黃庭。玄珠成象、合伏日月二君。金液玉液之眞、養形於三五一都太極之中。自十日至百日、鉛汞化爲金丹、世間鬼神、無不敬仰、可以任吾驅使矣。

### 浮黎清濁章第六

無極之土。本產黃白。母搖其精。乃得久長。百日泮渙。清濁自張。流

戊就巳。八極光茫。金光射彩。靈簇中央。

葛玄曰、黃白者、藥物也、丹母也、先天乾坤之精也。藥本資於丹母所生、

從虛無而來、名曰金液、號爲眞土。此土終始、萬彙體物而不遺、實無定位、舉世皆迷。乃無中有象、空中有色。至理行於無爲。眞機在於水火。的於六十日內依空中有象、黃帝中主、萬

神肅從。既見其體、勿勞其形、勿搖其精。再行百日火符、撫養嫩弱、以神馭氣、自然通靈。輕清上昇、重濁下沈。感聖日聖月、照耀金庭、乾坤萬象、皆安舒於威光鼎內、則甲乙之氣化青龍、丙丁之氣化朱雀、庚辛之氣化白虎、壬癸之氣化玄武、戊己之氣化勾陳騰蛇。五行四象合而成丹。復子魚鱗甲蟹。姤午馬齒如霜。壯卯環珩鍾乳。觀酉羽翮摧揚。有此景象、則三五一部太極之中、發泄精粹、玲瓏晃朗。開鼎視之、金華射日、霞彩冲霄。服之、驅除寒暑、聚精斂神、萬病無侵、轉增天福。經曰、人服死水銀。保命得長生。自此可爲陸地之仙、不受生滅之苦。

## 接氣生神章第七

形若不足。補之以氣。西南得朋。東北無類。上以三開。下以三閉。紫粉如霜。黃芽滿室。窗塵飛虛。壽算無計。

葛玄曰、金丹之道、無過是煉形補氣。氣壯自靈。靈而爲寶、方敢名

神。神也者、妙萬物而爲言者也。且充塞天地間、俱是浩然之氣。連是氣者、皆神以主之。無物不有、無時不然。大抵補氣之方、不必遠有所慕。如天應星、地應潮之類是也。故以西南陰方、東北陽方。若能從其有而背其無、三接神胎、何憂至藥不靈。學者宜當勉力、勿可怠緩。未鑄室之先、龍居虎穴。既鑄室之後、汞出鉛中。故二物不會、各藏真一之氣弗露。一二物既合、則交真一之氣爲丹。猶草木花葉、得陰陽二氣交感、自然各正性命、暢茂條達。煉丹之士、須要洞曉陰陽、深達造化、無不効也。

點化分胎章第八

制器爲房。丹生其內。弄丸成象。造化自異。眞中之神。出類拔萃。積

行綿綿。立登神位。

葛玄曰、神室者、形而下之器也。聖人制器尙象、以法太極。一物而有兩體、體虛形實。故靜則爲一氣、動則成兩儀。使神物兆生於

有無之間、其質似黃蜆、是謂三才。一呼一吸、間往間來、合成刀圭、如弄日月二丸彈於天地之中、運行造化相似。人能妙合其機、參乾坤而爲互用、使水火昇降於其外、砂汞判形於其內、是爲金丹之房、眞中之神長生大君居於此焉。故丹雖眞一之氣所成、須假天地交合、龍虎兩竝之氣相交於造化窟中、使水火之精互藏其宅、而後日月星辰之華懸於上、金木水火土之氣結於下。懸於上者、在天成象、生如鸞翔鳳翼。結於下者、在地成形、凝如雪柳霜花。二物能重能輕、能神能靈、能白能赤、能暗能明。此無中生有之妙也。服之、身體金色、毫發光明、吐氣爲火、丸垢成丹、何其神哉。至此數可奪、命可活、天地亦可以返復、其凡砂凡汞、五金八石、聞氣而死。更能積功累行、綿綿不絕、昇入金門、豈不大自在乎。

十月丹成章第九

丹成九還。胎化黃輿。金砂成霧。母產玄珠。蒼胡頡頏。鍾乳珊瑚。犬

牙參錯。馬齒何殊。神精萬狀。聖人自知。

葛玄曰、萬物之理、以虛而受。天地從虛無中來。虛無、天地之德、故用

神室修煉仙丹妙寶、自虛無中而生有也。天一之水下降。地二之火上昇。三才成位。四時順令。五行化生。鼎中一刻之火符。奪世上一年之節候。胎神藏九氣。化爲紫金丹。丹見有爲之範相。亦自無極之神通也。一個月生如馬齒環玕。二個月長如魚鱗甲鬣。三個月犬牙參錯。四個月蒼頡攢疊。五個月齒齒靈芝。六個月鍾乳倒懸。七個月婆羅松花。八個月寶塔玲瓏。九個月日月懸象。十個月嬰兒成聖。變化出神。如如不動。妙道眞身。紫金見象。身騎孔雀。神慧無量。難以言述。且腐草得天地自然之氣。亦化爲螢。況此神室爲太虛之體。有陰陽屈伸相感之機。往來於其中。變化無窮。豈無至藥所產乎。經云。天寶玉皇之氣。結一黍米玄珠。根本皆由於玄中正位以成聖胎是也。

## 金鼎通玄章第十

金丹神室。自變鐵渣。鼎化爲庚。可種仙葩。光明赫奕。制以凡雜。匱至湧泉。三界爲家。葛玄曰。聖人立象以盡意。今以神室內煉水銀而成丹。丹化成金液。金液到口。白日登天。自然之妙。若夫外煉鐵鼎。化爲金鼎。此之神妙。非藥而何。只可與智者論。不可與凡夫言。古人貫金透石不爲難。信哉是言也。有諸內。必形諸外。所謂借假修真。全資水火。故曰。鼎器藥物並火候。看來盡祕於玄關。又曰。鼎即藥。藥即鼎。鼎藥者。丹也。故曰。靈寶畢集。簇於后土。久而成丹。具大藏法眼者。自知出有入無之妙。則逍遙三界。與道爲一。何所往而非安居之家乎。

## 妙香並濟章第十一

天香滿鼎。霞映三台。沈疴痼疾。俱得和諧。龍神拱敬。岳瀆迎隨。祖  
 玄解脫。後裔蕃昌。俱聞是香。普釋災愆。返魂立起。白晝昇天。葛玄曰、  
 四時順氣。一歲升成。天地之機。日月之衡。陰陽之數。五行生殺之權。三千七百二萬正氣之  
 數。俱已奪盡。會於乾坤化育之金。產出許多景象。無限奇觀。馨香遍滿。上通三天。下徹九  
 泉。所謂拔宅靈梯。昇天藥祖。蘊蓄自然之香。是香起死回生。無量功德。度一切死苦。能解  
 幽魂長夜之網。能啓門戶後裔之光。經曰。億萬高祖。歷劫種親。遊喪滯魄。俱得更生者是  
 也。惜乎世人功微行淺。攻乎異端。專行有形硃砂水銀五金八石雜類之  
 邪法。實不曾聞金液玉丹白晝冲舉之妙道。又安能得見三清太上乎。

## 服食登真章第十二

刀圭入口。人化爲仙。飛形拔宅。隱顯無干。梵氣合體。與天長年。祕

行真妙。勿泄心箋。

葛玄曰。神丹之藥。本號刀圭。刀圭者。乃刀頭圭角些子而已。人  
 能觀天之道。執天之行。運化陰陽。以壬水生黃金。黃金造華池。

華池會兩竝真一之氣凝結神水。神水化爲金液。金液變成至藥。至藥返還爲丹。除去嬰兒胎  
 毒。醮謝天地。以清流吞服一粒。則身生羽翰。如輕煙薄霧。噴刻冲霄。以朝太姥。覆山山  
 極上品天仙。至尊至貴。出入造化。隱顯莫測。萬化生身。若欲拔宅。只以清泉研酒三粒。不  
 時門牆屋宇。盡皆昇舉於巫山雲雨之程。御乾坤於不竭。制劫運以無窮。豈得虛說以誑後



人。昔吾得道三十餘年。嘆無法財。了茲妙道。以報無上之本。後得爲之。無不遂意。後學無生疑惑。有爲者亦若是也。

## 淨黎鼻祖金華祕訣終

調息以養氣。息機以養神。減嬪嬌以養寧。戒虛詐以養德。儉服食以養生。（華子心錄）

修真至要曰精根根而運轉氣默默而徘徊。神混混而來往。心澄澄而不動。仙經曰無勞爾形無搖爾精歸心靜默可以長生。

說人之短而乃護己之短。誇己之長而乃忌人之長。皆由存心不厚。識量太狹耳。若能克去此弊。豈惟進德且以遠怨。

林退齋先生臨終子孫跪膝前請曰大人何以訓兒輩。先生曰無他若等只要吃虧從古英雄只爲不能吃虧害了多少事。

宋文憲恭默自持似不能言者。嘗曰古人爲學使心正身修措之行事俯仰無愧而已。繁詞複說道之弊也。

## 序

道在目前。身體自得。何勞身外尋求哉。人身爲三才合一之身。造物賦我。其用甚大。我人日具而不知。聖人憫之。徵諸一身以示之。蓋謂道在一身。而其機在目。故有金華宗旨之示。學者行不合旨。何也。體用不辨故也。乃於其上。加以太一二字。而從行猶未能合訣。誤在致力於用。而用中不能窺體。縱罄南山之竹。而體之爲體更隱。乃復加以先天虛無四字。體乃洞現。道祖孚佑帝君。興行妙道天尊。志在普度。懷有醫世鴻願。乃體先天虛無太一金華宗旨十字立義。著書十有三章。以作後學醫世張本。文由是成。教由是授。天尊立旨。蓋如此。先師太虛翁曰。余聞之。駐世神仙泥丸李翁。謂是書道旨。孚佑帝君初證道果。四大已化。未及醫世。乃著詩三章。題曰至教宗旨。宋元之際。業已梓布。其次章。卽是書逍遙訣也。是書出於康熙戊辰歲。演成於金蓋龍嶠山房。實爲陶靖

菴黃隱真盛青厓朱九還閔雪簑翁陶石菴謝凝素諸名宿。皆醫世之材。故授此大道。豈僅爲獨善一身之流說法哉。真人尹蓬頭。亦有寥陽殿演出一書。名曰東華正脈皇極闢闢證道仙經。與此書相爲表裏。修其性命。寔爲醫世張本。從事醫世。實卽性命玄功。觀此書回光證驗章中所示。不可以小根小器承當。必思度盡衆生。周天章中所示。一身迴旋。天地萬物悉與之迴旋。方寸處極小而極大。是卽身卽世。合內外之道。宗旨已昭著矣。無非仰體太上好生之心。期人無復辜負此生年月日。以成大道。以度衆生。彼小就者。今日龍虎。明日坎離。沾沾自願。縱得證果。昇作無位天民。獨利一家七祖。上帝奚取焉。先師所述。書之成。書之授。道祖孚佑帝君之慈意如此。陶黃盛朱諸真得受此書。以傳後學。其鴻願亦如此。然是書。遞傳失真。卽道藏輯要梓本。可概見矣。茲故取以訂政之。願大千志士。得是書。并闢闢經。合體以行。則人能宏道。大千幸甚。是爲序。時維道光辛卯四月上浣。金蓋山人龍門第十一代。閔一得沐手謹序。

# 呂祖師先天虛無太一金華宗旨

蔣侍郎元庭先生輯

金蓋山人閔一得訂政

是書出於康熙戊辰歲。金蓋龍嶠山房宗壇所傳。本山先哲陶石菴先生壽諸梓。嘉慶間。蔣侍郎元庭先生得傳抄謄本。纂入道藏輯要。後在浙省見本山梓本。議卽改梓。而板在京邸。及送板歸南。而先生又北上。卒於京。事故中止。此未了要事。一得之心。不能刻忘也。今歲遊金陵。得世所傳謄本。亦與陶本不盡合。而較蔣本多收一二節。似又出自陶本者。各以私意增損。言人人殊。何以信後。茲一準陶本訂政之。

## 天心章第一

祖師曰。天心者。三才同稟之心。丹書所謂玄竅是也。人人具有。賢哲啟之。愚迷閉之。啟則長生。閉則短折。委之命數者。凡夫之見也。無人不願求生。而無不尋死。夫豈別有肺腸哉。六根以引之。六塵以擾之。駸駸年少。轉眼頽歿。至人憫之。授以至道。誨者諄諄。聽者渺渺。其故何哉。蓋不明大道體用。而互相戕賊。如是求生。猶南轅而北轍也。夫豈知大道以虛無爲體。以隱現爲用。故須不住於有。不住於無。而氣機通流。吾輩功法。惟當

以太一爲本，金華爲末。則本末相資，長生不死矣。斯道也。古來仙真，心心相印，傳一得一。自太上化現，遞傳東華，以及南北二宗，道本無隱，而心傳極祕，非祕也。非心授心受，不能授受也。口傳固妙，而領會難一。況筆示乎？是以太上大道，貴乎心傳，而授受於烏覩之中。豁然而開，師不得期授於弟，弟不得期受於師，眞信純純。一旦機合神融，洞然豁然，或相視一笑，或涕泣承當。入道悟道，均有同然者。第或由悟而入者有諸，由入而悟者有諸，未有不由心一心信而入而得者。不一則散，不信則浮，散則光不聚，浮則光不凝，不能自見其心，又何能合太上所傳之心？故儒崇內省，道崇內觀，佛氏四十二章經，亦云置心一處，何事不辦。蓋以無上大道，只完得一心全體焉耳。全體惟何？虛淨無雜焉耳。宗旨妙體如此，宗旨妙用，亦惟在置心一處也。內觀卽是置心一處之訣，卽是心傳祕旨，非徒可以心領，且可以口授，非徒可以口授，且可以筆示。至於功造其極，心空漏盡之時，然後恍然洞徹玄妙之旨，非筆之所得而示，并非口之所得而傳。眞虛眞寂，眞淨眞無，一顆玄珠，心心相印，極祕也。至得悟得入之後，而仍極顯矣。此無他，天心洞啟故耳。今之求道者，若涉大水，其無津涯，已到彼岸，則如筏喻者，法尙應捨。若不知所從者，可不示之以筏乎？我今叨爲度師，先當明示以筏，然天心一發，不在身中，不在



身外。不可摸索而開。只可默存以俟。欲識其存。不外色。即是空。空即是色。丹書所謂是那麼。非那麼。非那麼。卻那麼。纔是如如。一開永開也。而功法在於存誠兩字。

諸子存誠妙用。尙有訣中捷訣。乃於萬緣放下之時。惟用梵天、字。即伊字也。梵天伊

是在人身。即是左目右目與眉心。先天神人皆具三目。如斗以字中點存。諸眉心以左

母雷祖是也。人知修煉眉心。即開所開之目。名曰天目。是也。點存。左目右點存。右目則人兩目神光自得。會眉心。眉心即天目。乃爲三光會歸出入

之總戶。丹書所謂日月合璧之處。人能用三目如梵伊字然。微以意運。如磨鏡。三光立聚。眉心光耀

如日現前。既即以意引。臨心後。關前。關即雙此一處也。按即玄牝之門。以意引之。光立

隨臨。而毋忘。若如二字玄義。天心必自洞啟。以後玄用。再爲細示。所切囑者。終始弗爲

元引耳。元者氣機之所變幻。皆非真。實玄況若爲引動。便墮魔窟。

諸子遵循行去。別無求進之法。只在純想於此。楞嚴經云。純想即飛。必生天上。天非蒼

蒼之天。即生身於乾宮是也。久之自然得有身外天。

蓋身猶國土。而一乃主君。光即主君心意。又如主君敕旨。故一回光。則周身之氣皆上

朝。如聖王定都立極。執玉帛者萬國。又如主佐同心。臣庶自然奉命。各司其事。諸子只

去專一目光。便是無上妙諦。回之既久。此光凝結。即成自然法身。廓而充之。吾宗所謂

鄴鄩。西教所謂法王城是也。主君得輔。精氣日生。而神愈旺。一旦身心融化。豈僅天外有天。身外有身已哉。

然則金華卽金丹。神明變化。各師於心。此中妙訣。雖不差毫末。然而甚活。全要聰明。又須沉靜。非極聰明人行不得。非極沉靜人守不得。

按此節乃是舉世棒喝。舉世學人。萬不可少此一喝。而蔣氏所得之本節去之。是未身體力行之故。無他。信未真篤之所致也。

## 元神識神章第二

祖師曰。天地視人如蜉蝣。大道視天地亦泡影。惟元神真性。則超元會而上之。其精氣則隨天地而敗壞矣。然有元神在。卽無極也。生天生地。皆由此矣。學人但能護元神。則超生陰陽外。不在三界中。此見性方可。所謂本來面目也。

按此見性方可四字是棒喝。萬不可刪。而膽本刪之。今仍補入。祖意蓋言人於大道。乃有行而不能入。得而不能守者。總以未見真性本體。不能無疑。大障隨之。此其所以不入不守也。非真見而曰守。不過守所聞焉耳。若果能見。未有不能守也。故祖聖意。重在見性一邊。一得故知此章四字爲棒喝。是承上章而來也。

凡人投胎時。元神居方寸。而識神則居下心。下面血肉心。形如大桃。有肺以覆翼之。肝以佐之。大小腸承之。假如一日不食。心上便大不自在。以致聞驚則跳。聞怒則悶。見死亡則悲。見美色則眩。頭上何嘗微微有些兒動。能問方寸乎不方寸中之真意。如何能動。到動時。便不妙。然亦最妙。凡人死時方動。此爲不妙。最妙者。光已凝結爲法身。漸漸靈通欲動矣。此千古不傳之祕也。

謹按千古不傳之祕。非僅光凝法身一節。如云元神居方寸。識神居下心。古哲未嘗一併指示。而後學乃有誤認識心爲心。而加之以運注。翻著有爲。以致助火。蓋此血肉心體。識神所依。屬陰火。惟宜致寂致虛。而致無者。元神乃真性。來自乾。亦屬火。天火也。祖師故並標而出之。

下識心如強藩悍將。欺天君孤立。便爾遙執紀綱。久之太阿倒置矣。今擬光照元宮。如英明主有伊周佐之。日日回光。如左右臣工。盡心輔弼。內政既肅。自然一切奸邪。無不倒戈乞命矣。

丹道以精水神火意土。三者爲無上之寶。精水云何。乃先天真一之炁。神火卽光也。意土卽中宮天心也。以神火爲用。意土爲體。精水爲基。凡人以意生身。身不止七尺者。爲

身也。蓋身有魄焉。魄附識而用。識依魄而生。魄陰也。識之體也。識不斷則生生世世。魄之變形易舍無已也。惟有魂者。神之所藏也。魂晝寓於目。夜舍於肝。寓目而視。舍肝而夢。夢者。神遊也。九天九地。剎那歷遍。覺則冥冥焉。拘於形也。卽拘於魄也。故回光卽所以鍊魂。卽所以保神。卽所以制魄。卽所以斷識。古人出世法。鍊盡陰滓以返純乾。不過消魄全魂耳。回光者。消陰制魄之訣也。無返乾之功。祇有回光之訣。光卽乾也。回之卽返之也。只守此法。自然精足。神火發生。意土凝定。而聖治可結矣。蜚螳轉丸。而丸中生白。神注之神功也。糞丸中尙可生胎離殼。而吾天心休息處。注神於此。安得不生身乎。按此功法。究其入手。以回光聚天池。是由泥丸外宮。懸於天目。有如日然。以意引由絳闕。存照中黃。透入玄竅。乃達神室。旣則牽降識神。下達下田。其時必有津液護識護神。而就冶炼者也。此是回光光聚泥丸以後工法。大忌躁妄。又忌散漫與昏沉。法惟萬慮皆空。一念不擾。待得天心一開。則自泐然照入。是時也。不獨一身百竅。竅竅放光。大地天元。三才三寶。皆可悠然感至者。故我斯時。總以不採採之。其妙更無窮焉。而祖師不之示者。恐學者鄧鄂未固。而世財未充。且於言外藏有妙義。不可不爲述及也。蓋神室毗連絳闕。絳闕一地。純以無作無爲爲事。如是寂體寂照。絳闕乃涼。

識神有制。始自隨神下降下田。受烹受煉。而無逆違之驗。其妙在於一念虛寂。則六賊六根。自無駐足處。中宮始泰。元神得以臨蒞。而胎元有兆矣。祖師立意蓋如此。是卽無爲功裏施功之作用。而卽儒宗之使由不使知也。斯篇妙語。乃樵雲大師得自駐世神人張蓬頭者。神人本性瞿。故明殉節忠宣公諱式耜之子。管天仙亦以師禮事之者。乾隆四十三年。雲遊至金蓋。斯時樵雲大師尙未皈依太虛也。越四載。太虛翁至。諭將斯論。註於是章之下。今故述之。

一靈真性。既落乾宮。便分魂魄。魂在天心。陽也。輕清之氣也。此自太虛得來。與元始同形。魄陰也。沉濁之氣也。附於有形之凡體。魂好生。魄望死。一切好色動氣。皆魄之所爲。卽識神也。死後享血食。活則大苦。陰返陰也。以類聚也。學人煉盡陰魄。卽爲純陽。

### 回光守中章第三

祖師曰。回光之名何昉乎。昉之自文始真人也。卽關尹子回光。則天地陰陽之氣無不凝。所謂精思者此也。純氣者此也。純想者此也。初行之訣。是有中似無。久之功成。身外有身。乃無中生有。百日專功。光纔真。方爲神火。百日後。光自然聚。一點真陽。忽生黍珠。如夫婦交合有胎。便當靜以待之。光之回。卽火候也。

回光之益之妙。本文詳矣。回光得聚之訣亦備矣。然猶有欲取先與。玄妙一訣。可引而伸之。其訣乃放光以引耳。放光妙用。在知廓其氣機。欲廓氣機在知氣透九霄。欲行上透須知下達。下達作用。須先目光聚於乾宮。光足則下達中下。乃穿閭後透。透頂而上。透愈高。現愈廣。覺廣仍以事回耳。此未傳之祕也。

夫元化之中。有陽光爲主宰。有形者爲目。在人爲目。走漏神識。莫此甚順。故金華之道。全用逆法。回光者。非回一身之精華。直回造化之真氣。非止一時之妄想。直空千劫之輪迴。故一息當一年。人間時刻也。一息當百年。九途長夜也。凡人自因戶風切地一聲之後。逐境順生。至老未嘗逆視。陽氣衰滅。便是九幽之界。故楞嚴經云。純想卽飛。純情卽墮。學人想少情多。沉淪下道。惟諦觀息靜。便成正覺。用逆法也。陰符經云。機在目。黃帝素問云。人身精華。皆上注於空竅是也。得此一節。長生者在茲。超生者亦在茲矣。此貫徹三教工夫也。

光不在身中。亦不在身外。山河日月大地。無非此光。故不獨在身中。聰明智慧。一切運轉。亦無非此光。所以亦不在身外。天地之光華。布滿大千。一身之光華。亦自漫天蓋地。所以一回光。天地山河。一切皆回矣。人之精華。上注於目。此人身之大關鍵也。子輩思

之一日不靜坐。此光流轉。何所底止。若一刻能靜坐。萬劫千生。從此了徹。萬法歸於靜。真不可思議。此妙諦也。然工夫下手。由淺入深。由粗入細。總以不間斷爲妙。工夫始終則一。但其間冷煖自知。要歸於天空海闊。萬法如如。方爲得手。聖聖相傳。不離返照。孔云知止。釋號觀心。老云內觀。皆此法也。但返照二字。人人能言。不能得手。未識二字之義耳。返者。自知覺之心。返乎形神未兆之初。卽吾六尺之中。返求箇天地未生之體。今人但一二時閒坐。反顧其私。便云返照。安得到頭。

佛道二祖。教人看鼻尖者。非謂著念於鼻端也。亦非謂眼觀鼻端。而念又注中黃也。眼之所至。心亦至焉。心之所至。氣亦至焉。何能一上而一下也。又何能忽上而忽下也。此皆認指爲月。畢竟如何。曰鼻端二字最妙。只是借鼻以爲眼之準耳。初不在鼻上。蓋以太開眼。則視遠而不見鼻矣。太閉眼。則眼合而不見鼻矣。太開失之外走。易於散亂。太閉失之內馳。易於昏沉。惟垂簾得中。恰好望見鼻端。故取以爲準。只是垂簾恰好去處。彼光自然透入。不勞你注射與不注射也。

天心章言以意引臨心後關前。是示功夫已到之人。統說回光之全功也。此言不必念又注黃中。是教初學凝神一處以聚光。不可分心兩處也。待得透入之後。則鼻尖

是指中黃是月。看鼻尖者。用以爲眼之準。使無外走內馳之弊。惟垂簾爲得中。然意初不在鼻而在天目。所以聚光於此。光旣得聚。則又須引光下注中黃。蓋以中黃在人身地天之正中。卽易之黃中。釋氏所謂緣中。吾宗名曰玄牝之門。乃是生天生地。生人生物之玄竅。修真成道之基。基於此者。初學如何便得注此。故須假鼻尖以爲準。始得光聚天目。天目爲三光之都會。而山根爲人身之性戶。上達泥丸。中達黃中。下通臍後者。故須凝聚光於此處。由此而下注。是乃不易之功法。然忌太著意。又忌無意。兼忌躡等而進。其理如此。必須循序而行。尤須無滯無脫。密密綿綿。一任自然。總以光聚黃中爲得也。

看鼻端只在最初入靜處。舉眼一視。定箇準則。便放下。如泥水匠人用線一般。彼只起手一掛。便依了做去。不只管把線看也。

止觀是佛法。原不祕的。以兩目諦觀鼻端。正身安坐。繫心緣中道言中黃。佛言緣中。一也。不必言頭中。初學但於兩目中間齊平處繫念便了。光是活潑潑的東西。繫念眼之齊平處。光自然透入。不必著一念於中黃也。此數語已括盡要旨。其餘入靜出靜前後。以小止觀書印證可也。



緣中二字妙極。中無不在。遍大千皆在裏許。聊指造化之機。緣此入門耳。緣此爲端倪。非有定着也。此一字之義。活甚妙甚。

止觀二字。原離不得。卽定慧也。以後凡念起時。不要仍舊兀坐。當究此念在何處。從何起。從何滅。反覆推窮。了不可得。卽見此念起處也。不要又討過起處。所謂覓心了不可得。吾與汝安心竟。此是正觀。反此者名爲邪觀。如是不可得已。卽仍舊綿綿去。止而繼之以觀。觀而繼之以止。是定慧雙修法。此爲回光。回者。止也。光者。觀也。止而不觀。名爲有回無光。觀而不止。名爲有光無回。諱之。

止觀原文。有此推究功法。是爲未見心體。且不真信心體。本虛本無。本淨本寂。故有等等推究。造至了不可得。蓋已爲汝安心竟也。此一句。是爲卽境指點法。若已見性。一照卽覺。妄自遁矣。不勞推究。妄去體驗。不勞尋覓。然只可爲已見性者道。若未見性。必令從推究體得。尙須當下點破。信根方堅。疑根方斷也。此後綿綿行去。但囑勿動勿隨。憑他妄況。彌天蓋地。而吾體自存。種種妄況。一切如浮雲之點太虛。與我何損之有。蓋此種種妄況。乃是氣機。第無淨盡之理。一起掃除之念。此念卽妄。此起卽著。古德云。驅除煩惱重增念。趨向真如卽是邪。故吾宗但囑勿動。動則非逐。卽隨。豈

僅亂性已哉。謹按此節祖意。乃在知止。故有等等推究功法也。吾輩事之。但加心信以行。一味返妄歸真。返妄歸真。不外回字。回光自返。無勞引導。一得寂體宗旨。謂當靜也。照動也。照第照字。須若春之日。秋之月。乃爲得宜耳。

#### 回光調息章第四

祖師曰。宗旨只要純心行去。不求驗而驗自至。大約初機病痛。昏沉散亂二種盡之。卻此機竅。無過寄心於息。息者。自心也。自心爲息。心一動而卽有氣。氣本心之所化也。吾人動念至速。霎頃起一妄念。卽一呼吸應之。故內呼吸與外呼吸如聲響之相應。一日有幾萬息。卽有幾萬妄念。神明漏盡。如木槁灰死矣。然則欲無念乎。不能無念也。欲無息乎。不能無息也。莫若卽其病而爲藥。則心息相依。是已。故回光必兼之調息。此法全用耳光。一是目光。一是耳光。目光者。外日月交光也。耳光者。內日月交精也。然精卽光之凝定處。同出而異名也。故聰明總一靈光而已。坐時用目垂簾後。定箇準則。便放下。然竟放。又恐不能。卽存心於聽息。息之出入。不可使耳聞。聽惟聽其無聲。一有聲。卽粗浮而不入細。當耐心。輕輕微微。愈放愈微。愈微愈靜。久之忽然微者遽斷。此則真息現在。而心體可識矣。蓋心細則息細。心一則動氣也。息細則心細。氣一則動心也。定心必

先之養氣者。亦以心無處入手。故緣氣爲之端倪。所謂純氣之守也。

調息用耳光祕法也。然有耳聾一輩。息之粗細不得聞。奈何。是當體之以覺。蓋以氣由心化。心無形。其粗其細。不易覺。氣則無質而尙有跡。可體覺也。跡粗則加靜其心。心靜則跡自細。而息已微矣。跡造至無。則息已造真息矣。較用耳光得調更速。故古有調息不若調心之妙用也。年老耳聾之人。捨是體覺一訣。此步功夫。終難入殼也。況覺乃性精。跡乃命末。是亦有性命相顧之義。先師太虛翁曾爲高海留言之。謹探以補祖示之所未及。

子輩不明動字。動者。以線索牽動言。卽掣之別名也。旣可以奔馳使之動。獨不可以純靜使之寧乎。此大聖人視心氣之交。而善立方便。以惠後人也。丹書云。雞能抱卵。心常聽。此要妙訣也。蓋雞之所以能生卵者。以暖氣也。暖氣止。能暖其殼。不能入其中。則以心引氣入。其聽也。一心注焉。心入則氣入。得暖氣而生矣。故母雞雖有時出外。而常作側耳勢。其神之所注。未嘗少間也。神之所注。未嘗少間。卽暖氣亦晝夜無間。而神活矣。神活者。由其心之先死也。人能死心。元神卽活。死心非枯槁之謂。乃專一不分之謂也。佛云。置心一處。無事不辦。心易走。卽以氣純之。氣易粗。卽以心細之。如此而心焉有不

定者乎。

大約昏沉散亂二病。只要靜功。日日無間。自有大休歇處。若不靜坐時。雖有散亂。亦不自知。既知散亂。卽是卻散亂之機也。昏沉而不知。與昏沉而知。相去奚啻千里。不知之昏沉。眞昏沉也。知之昏沉。非全昏沉也。清明在是矣。

散亂者。神馳也。昏沉者。神未清也。散亂易治。昏沉難醫。譬之病焉。有痛有癢者。藥之可也。昏沉則麻木不仁之症也。散者可以收之。亂者可以整之。若昏沉。則蠢蠢焉。冥冥焉。散亂尙有方所。至昏沉。全是魄用事也。散亂尙有魂在。至昏沉。則純陰爲主矣。靜坐時欲睡去。便是昏沉。卻昏沉。只在調息。息卽口鼻出入之息。雖非眞息。而眞息之出入。亦於此寄焉。凡坐須要靜心純氣。心何以靜。用在息上。息之出入。惟心自知。不可使耳聞。不聞則細。細則清。聞則粗。粗則濁。濁則昏沉而欲睡。自然之理也。雖然。心用在息上。又要善會。亦是不用之用。只要微微照聽可耳。何謂照。卽眼光自照。目惟內視而不外視。不外視而惺然者。卽內視也。非實有內視。何謂聽。卽耳光自聽。耳惟內聽而不外聽。聽者聽其無聲。視者視其無形。目不外視。耳不外聽。則閉而欲內馳。惟內視內聽。則既不外肆。又不內馳。而中不昏沉矣。此卽日月交精交光者也。

昏沉欲睡。卽起散步。神清再坐。清晨有暇。坐一炷香爲妙。過午人事多擾。易落昏沉。然亦不必限定一炷香。只要諸緣放下。靜坐片時。久久便有入頭。不落昏睡矣。

### 回光差謬章第五

祖師曰。諸子工夫。漸漸純熟。然枯木岩前錯路多。正要細細開示。此中消息。身到方知。吾今則可以言矣。吾宗與禪學不同。有一步一步徵驗。請先言其差別處。然後再言徵驗。宗旨將行之際。預作方便。勿多用心。放教活潑潑地。令氣和心適。然後入靜。靜時正要得機得竅。不可坐在無事甲裏。所謂無記空也萬緣放下之中。惺惺自若也。又不可著意承當。凡太認真。卽易有此非謂不宜認真。但真消息在若有若無之間。以有意無意得之可也。惺惺不昧之中。放下自若也。又不可墮於蘊界。所謂蘊界者。乃五陰隨用事。如一般入定。而槁木死灰之意多。大地陽春之意少。此則落陰界。其氣冷。其息沉。且有許多寒衰景象。久之便墮木石。又不可隨於萬緣。如一入靜。而無端衆緒忽至。欲卻之不能。隨之反覺順適。此名主爲奴役。久之落於色欲界。上者生人。下者生狸奴中。若狐仙是也。彼在名山中。亦自受用風月花果。琪樹瑤草。三五百年受用去。多至數千年。然報盡還生諸趣中。此數者皆差路也。差路既知。然後可求證驗。

## 回光證驗章第六

祖師曰。證驗亦多。不可以小根小器承當。必思度盡衆生。不可以輕心慢心承當。必須請事斯語。靜中綿綿無間。神情悅豫。如醉如浴。此爲遍體陽和。金華乍吐也。既而萬類俱寂。皓月中天。覺大地俱是光明境界。此爲心體開明。金華正放也。既而遍體充實。不畏風霜。人當之興味索然者。我遇之精神更旺。黃金起屋。白玉爲臺。世間腐朽之物。我以真氣呵之立生。紅血爲乳。七尺肉團。無非金寶。此則金華大凝也。第一段是應觀經日落大水行樹法象。日落者。從混沌立基無極也。上善若水。清而無瑕。此卽太極主宰。出震之帝也。震爲木。故以行樹象焉。七重行樹。七竅光明也。西北乾方移一位爲坎。日出震之帝也。震爲木。故以行樹象焉。七重行樹。七竅光明也。落大水乾坎之象也。坎爲子方冬至雷在地中隱隱隆隆至震而陽出地上矣。行樹之象也。餘可類而推之者。第二段卽肇基於此。大地爲冰。琉璃寶地。光明漸漸凝矣。所以有蓮臺而繼之。佛現也。金性既現。非佛而何。佛者。大覺金仙也。此大段徵驗耳。

山本此下。載有宣示祕文。至此。鸞筆忽停。時值月晦。倏大明亮。非日非月。而毫末不隱。異香充塞。空中隱隱聞有天樂。久之。鸞始飛舞。判曰。此毘盧遮那如來光注也。吾宗太上曾言。昔我於無量劫前。位證無量壽主。境土極西。去今西牛賀洲。十萬八千

里。國曰無量壽國。我於斯地。集諸同志。萬五千人。即身即世。即世即身。以覺通然。滅度一切。光明藏中。法界如琉璃。而大地行樹。七寶凝成。人無男女。蓮華化生。飛潛動植。無不咸若。壽亦無量。今之阿彌陀佛國。即昔無量壽國也。今岳於龍嶠演說先天。虛無太一金華宗旨。蓋亦欲自此修證。可俾東土。化成極樂國。善哉善哉。宏願肇宣。宏運斯應。朕兆有開。必先性光無遠。勿屈。今得感降祖性光注。福庇無量矣。祖性即毘盧遮那如來也。長春邱祖亦臨壇訓曰。金剛經曰。如來者。無所從來。亦無所去。故名如來。心存則現。念隱即泯。泯現者迹耳。並無生滅者也。其時衆真咸會。各有頌贊。不能悉述。識其要訓如此。此真八萬劫一集之會。不期於龍嶠遇之。得讀是書者。慎毋自棄。裔孫太定謹識。此先哲石菴氏所誌。今蔣氏所本。乃中宗後裔。掩襲此書。而抑北宗。故削去之。瞻本亦然。茲特爲補錄。

現在可考證者有三。一則坐去。神入谷中。聞人說話。如隔里許。一一明了。而聲入。皆如谷中答響。未嘗不聞。我未嘗一聞。此爲神在谷中。隨時可以自驗。一則靜中。目光騰騰。滿前皆白。如在雲中。開眼覓身。無從覓。視此爲虛室。生白。內外通明。吉祥止止也。一則靜中。肉身細縕。如綿如玉。坐中若留不住。而騰騰上浮。此爲神歸頂天。久之上昇。可以

立待此三者。皆現在可驗者也。然亦說不盡的。隨人根器。各現殊勝。如止觀中所云。善根發相是也。此事如人飲水。冷暖自知。須自己信得過。方真。先天一炁。即在現前。證驗中自討。一炁若得。丹亦立成。此一粒真黍也。一粒復一粒。從微而至著。有時時之先天。一粒是也。有統體之先天。一粒乃至無量也。一粒有一粒之力量。此要自家願大。爲第一義。

蔣本謄本。自家願大。改作膽大。此誤筆。是大有關係。蓋願大兩字。卽承根器而來。願大者。大根大器人。非自了漢也。況上文功作。並無奇異。何須膽大乎。

### 回光活法章第七

祖師曰。回光循循然行去。不要廢棄正業。古人云。事來要應過。物來要識過。子以正念治事。卽光不爲物轉。當境卽回。此時時無相之回光也。

日用間能刻刻隨事返照。不著一毫人我相。便是隨地回光。此第一妙用。清晨能遣盡諸緣。靜坐一二時。最妙。凡應事接物。只用返法。便無一刻間斷。如此行之三月兩月。天上諸真。必來印證矣。

### 逍遙訣章第八



祖師曰。玉清留下逍遙訣。四字凝神入氣穴。六月俄看白雪飛。三更又見日輪赫。水中吹起藉巽風。天上遊歸食坤德。更有一句玄中玄。無何有鄉是真宅。律詩一首。玄奧已盡。大道之要。不外無爲而爲四字。惟無爲故不滯。方所形象。惟無爲而爲故不墮。頑空死虛。作用不外一中。而樞機全在二目。二目者。斗柄也。斡旋造化。轉運陰陽。其大藥。則始終一水中金而已。中即水前言回光。乃指初機。從外以制內。卽輔以得主。此爲中下之士。修下二關。以透上一關者也。今路頭漸明。機括漸熟。天不愛道。直泄無上宗旨。諸子祕之祕之。勉之勉之。夫回光其總名耳。工夫進一層。則光華盛一番。回法更妙一番。前者由外制內。今則居中御外。前者卽輔相主。今則奉主宣猷。面目一大顛倒矣。法子欲入靜。先調攝身心。自在安和。放下萬緣。一絲不掛。天心正位乎中。然後兩目垂簾。如奉聖旨。以召大臣。孰敢不至。次以兩目內照坎宮。光華所到。眞陽卽出以應之。離外陽而內陰。乾體也。一陰入內而爲主。隨物生心。順出流轉。今回光內照。不隨物生。陰氣卽住。而光華注照。則純陽也。同類必親。故坎陽上騰。非坎陽也。仍是乾陽應乾陽耳。二物一遇。便紐結不散。網緼活動。倏來倏往。倏浮倏沉。自己元宮中。恍如太虛無量。徧身輕妙。欲騰。所謂雲滿千山也。次則來往無踪。浮沉無辨。脈住氣停。此則眞交媾矣。所謂月涵

萬水也。俟其杳冥中。忽然天心一動。此則一陽來復。活子時也。然而此中消息。要細說。山本此下。載有王崑陽律祖立論。時爲康熙戊辰秋。律祖自北南來。館於杭城宗陽宮。靖菴隱真往謁。呈上此書。律師鄭重其儀。拜而閱之。曰。太上心傳。備於此矣。是乃卽世圓行之功法。而淑世功驗。亦於此卜。不可偏在一身看。其大旨微露在。斡旋造化二句。雖無一字及普濟。而此章內功。縝密之中。正陶冶全世功法。不言世而世在其中。行功至此章。身世方有真驗可得。二三子母自歎。亦母自恃。大行正有待也。乃命小子識之。今故附梓於後。後學者勉之。太定謹白。一得今按蔣本此註不錄。謄本亦不載。律祖謂行有待。信矣。

凡人一聽耳目。逐物而動物去則已。此之動靜。全是民庶。而天君反隨之役。是常與鬼居矣。今令一動一靜。皆與人俱。人乃真人。卽身中天君也。彼動則與之俱動。動則天根也。靜則與之俱靜。靜則月窟也。動靜無端。亦與之爲動靜無端。休息上下。亦與之爲休息上下。所謂天根月窟。閑來往也。天心鎮靜。動違其時。則失之嫩。天心已動。而後動以應之。則失之老。天心一動。卽以真意上升乾宮。而神光視頂爲導引。焉此動而應時者也。天君旣升乾頂。游揚自得。忽而欲寂。急以真意引入黃庭。而目光視中黃神室焉。旣

而欲寂者一念不生矣。視內者忽忘其視矣。爾時身心便當一場大放。萬緣泯迹。卽我之神室鼎燼。亦不知在何所。欲覓己身了不可得。此爲天入地中衆妙歸根之時也。卽此便是凝神入氣穴。夫一回光也。始而散者欲歛。六用不行。此爲涵養本原。添油接命也。旣而斂者。自然優游。不費纖毫之力。此爲安神祖竅。翕聚先天也。旣而影響俱滅。寂然大定。此爲蟄藏氣穴。衆妙歸根也。一節中具有三節。一節中具有九節。且俟後日發揮。今以一節中具有三節言之。當其涵養而初靜也。翕聚亦爲涵養。蟄藏亦爲涵養。至後而涵養皆蟄藏矣。中一層可類推。不易處而處分矣。此爲無形之竅。千處萬處一處也。不易時而時分焉。此爲無候之時。元會運世一刻也。

謹按無形之竅。玄竅是也。玄竅無處。三才盡在玄竅之中。何大何小。何遠何近。何人何物。何身何世。之有分限哉。無候之候。活時是也。活時無候。萬古總在活時之中。何上元下元。春夏秋冬。子午卯酉。月日時刻之可執哉。然而欲開玄竅。須於活午活子者。動極而靜。靜極而動。竅之得體。蓋於此耳。何爲活子。萬類無聲。一機時振。而無所向者。是何爲活午。萬路齊開。一機時寂。而無所歸者是。蓋以竅無刻閉。機寂則現。機攪則隱。現則覺。隱則迷。覺則循真。迷則入惑。欲啟玄竅。絕無動運法。惟在寂體。是故

智者。但自棲神虛無。氣機之動靜。含光視之而已。亦不須作意寂定於其間。故能無入而不自得。回光妙訣蓋如此。循是訣者。活子亦得。活午亦得。正子正午。或得或失。不出乎心。心爲機所自出耳。是爲正本清源之要旨。曰子曰午者。動與靜。陰與陽。乃於此別。而得有後先。有清濁。有老嫩。乃在一節之中。具有九節焉。其說繁瑣。五種仙眷所自出。有非一言得了者。祖故諡云。俟後日發揮。

凡心非極靜則不能動。動動妄動。非本體之動也。故曰。感於物而動。性之欲也。若不感於物而動。卽天地之動也。不以天之動對天之性句。落下說箇欲字。欲在有物也。此爲出位之思。動而有動矣。一念不起。則正念乃生。此爲真意。寂然大定中。而天機忽動。非無念之動乎。無爲而爲。卽此意。詩首二句。全括金華作用。次二句。是日月互體意。六月。卽離火也。白雪飛。卽離中真陰。將返乎坤也。三更。卽坎水也。日輪。卽坎中一陽。將赫然而返乎乾也。取坎填離卽在此中。次二句。說斗柄作用。升降全機。水中非坎乎。目爲巽風。目光照入坎宮。攝召太陽之精是也。天上卽乾宮。遊歸食坤德。卽神入炁中。天入地中。養火也。末二句。是指出訣中訣。訣中之訣。始終離不得。所謂洗心滌慮。爲沐浴也。聖學以知止始。以止至善終。始乎無極。歸乎無極。佛以無住而生心。爲一大藏教旨。吾道

以致虛二字。完性命全功。總之三教。不過一句。爲出死護生之神丹。神丹維何。曰。一切處無心而已。吾道最祕者沐浴。如此一部全功。不過空心二字。足以了之。今一言指破。省卻數十年參訪矣。

子輩不明一節中。具有三節。我以佛家空假中三觀爲喻。三觀先空。看一切物皆空。次假。雖知其空。然不毀萬物。仍於空中建立一切事。既不毀萬物。而又不著萬物。此爲中觀。當其修空觀時。亦知萬物不可毀。而又不著。此兼三觀也。然畢竟以看得空爲得力。故修空觀。則空固空。假亦空。中亦空。修假觀。是用上得力居多。則假固假。空亦假。中亦假。中道時亦作空想。然不名爲空。而名爲中矣。亦作假觀。然不名爲假。而名爲中矣。至於中。則不必言矣。

吾雖有時單說離。有時兼說坎。究竟不曾移動一句。開口提云。樞機全在二目。所謂樞機者。用也。用此斡旋造化。非言造化止此也。六根七竅。悉是光明藏。豈取二目而他概不問乎。用坎陽。仍用離光照攝。卽此便明。朱子育雲陽諱立嘗云。瞎子不好修道。聾子不妨。與吾言何異。特表其主輔輕重耳。日月原是一物。日中含眞陰。是眞月之精。月窟不在月而在日。所謂月之窟也。不然。只言月足矣。月中翕眞陽。是眞日之光。日光反在月

中。所謂天之根也。不然。只言天足矣。一日一月。分開止是半箇。合來方成一箇全體。如一夫一婦。獨居不成家室。有夫有婦。方算得一家完全。然而物難喻道。夫婦分開。不失爲兩人。日月分開。不成全體矣。知此則耳目猶是也。吾謂瞎子已無耳。聾子已無目。如此看來。說甚一物。說甚兩物。說甚六根。六根一根也。說甚七竅。七竅一竅也。吾言只透露其相通處。所以不見有兩。子輩專執其隔處。所以隨處換卻眼睛。

### 百日立基章第九

祖師曰。心印經云。迴風混合。百日功靈。總之立基百日。方有真光。如子輩尙是目光。非神火也。非性光也。非慧智炬燭也。回之百日。則精氣自足。真陽自生。水中自有真火。以此持行。自然交媾。自然結胎。吾方在不識不知之天。而嬰兒已成矣。若畧作意。便是外道。

百日立基。非百日也。一日立基。非一日也。一息立基。非呼吸之謂也。息者。自心也。自心爲息。元神也。元氣也。元精也。升降離合。悉從心起。有無虛實。咸在念中。一息一生。持何止百日。然百日亦一息也。

百日只在得力。晝中得力。夜中受用。夜中得力。晝中受用。

百日立基。玉旨也。上真言語。無不與人身應。真師言語。無不與學人應。此是玄中之玄。不可解者也。見性乃知。所以學人必求真師授記。任性發出。一一皆驗。

### 性光識光章第十

祖師曰。回光法。原通行止坐臥。只要自得機竅。吾前開示云。虛室生白。光非白耶。但有一說。初未見光時。此爲效驗。若見爲光。而有意著之。卽落意識。非性光也。子不管他有光無光。只要無念。生念何謂。無念。千休千處。得何謂。生念。一念一生。持此念。乃正念。與平日念不同。今心爲念。念者。現在心也。此心卽光。卽藥。凡人視物。任眼一照去。不及分別。此爲性光。如鏡之無心而照也。如水之無心而鑑也。少頃。卽爲識光。以其分別也。鏡有影。已無鏡矣。水有象。已非水矣。光有識。尙何光哉。

子等初則性光。轉念則識。識起而光杳不可覓。非無光也。光已爲識矣。黃帝曰。聲動不生聲。而生響。卽此義也。楞嚴推勘入門曰。不在塵。不在識。惟還根。此則何意。塵是外物。所謂器界也。與吾了不相涉。逐物則認物爲己。物必有還。通還戶牖。明還日月。將他爲自。終非吾有。至於不汝還者。非汝而誰。明還日月。見日月之明無還也。天有無日月之時。人無有無見日月之性。若然。則分別日月者。還可與爲吾有耶。不知因明暗而分別。

者。當明暗兩忘之時。分別何在。故亦有還。此爲內塵也。惟見性無還。見見之時。見非是見。則見性亦還矣。還者還其識流轉之見性。卽阿難使汝流轉心目爲咎也。初言八還。上七者。皆明其一一有還。姑留見性。以爲阿難拄杖。究竟見性既帶八識。非真不還也。最後并此一破。方爲真見性。真不還矣。子等回光。正回其最初不還之光。故一毫識念。用不著。使汝流轉者。惟此六根。使汝成菩提者。亦惟此六根。而塵與識皆不用。非用根也。用其根中之性耳。今不墮識回光。則用根中之元性。落識而回光。則用根中之識性。毫釐之辨。乃在此也。

用心卽爲識光。放下乃爲性光。毫釐千里。不可不辨。識不斷。則神不生。心不空。則丹不結。

心靜則丹。心空卽藥。不著一物。是名心靜。不留一物。是名心空。空見爲空。空猶未空。空忘其空。斯爲真空。

### 坎離交媾章第十一

祖師曰。凡漏泄精神。動而交物者。皆離也。凡收轉神識。靜而中涵者。皆坎也。七竅之外。走者爲離。七竅之內。返者爲坎。一陰主於逐色。隨聲。一陽主於返聞。收見。坎離卽陰陽。



陰陽卽性命。性命卽身心。身心卽神炁。一自歛息。精神不爲境緣流轉。卽是真交。而沉默趺坐時。又無論矣。

### 週天章第十二

祖師曰。週天非以氣作主。以心到爲妙訣。若畢竟如何週天。是助長也。無心而守無意。

而行仰觀乎天。三百六十五度。刻刻變遷。而斗樞終古不移。蔣本膳本俱作斗柄錢恬

君中堂佩本亦作北辰而註載從龍嶠本作斗樞其下有註曰斗樞卽北斗第三

存貞星君德合北極辰星者鎮星也勛而不出其極者故北斗樞存星君亦終

古不移其處斗爲天心蓋以此邵子詩曰冬至子之半天心無改移以其定若樞然故

曰斗樞況按是書出自龍嶠山房世本不足據云可見是書都中自有陶本可採蔣侍

郎何故不之採想吾心亦猶是也。心卽斗樞。氣卽羣星。吾身之氣。四肢百骸。原是貫通

不要十分著力。於此煅煉識神。斷除妄見。然後藥生。藥非有形之物。此性光也。而卽先

天之真炁。然必於大定後方見。並無採法。言採者大謬矣。見之既久。心地光明。自然心

空漏盡。解脫塵海。若今日龍虎。明日水火。終成妄想。吾昔受火龍真人口訣。如是不知

丹書所說。更何如也。

一日有一週天。一刻有一週天。坎離交處。便是一週。我之交。卽天之回旋也。未能休歇。

中宮正位。萬物一時暢遂。卽丹經沐浴法也。非大週天而何。石菴氏曰。句中。有語。莫小。用丁。○今世本。皆失探入。此中火候。實實有大小不同。究竟無大小可別。石菴氏曰。吾輩可。以悟矣。小就惜哉。坎離爲何物。天地爲何等。孰爲交。孰爲一週兩週。何處覓大小之分別耶。總之。一身旋運難真。不真。見得極大亦小。真則一迴旋。天地萬物悉與之迴旋。卽在方寸處。極小亦爲極大。故金丹火候。全要行歸自然。不自然。天地自還天地。萬物各歸萬物。若欲強之使合。終不能合。卽如天時亢旱。陰陽不和。乾坤未嘗一日不週。然終見得有多少不自然處。我能轉運陰陽。調攝自然。一時雲蒸雨降。草木酣適。山河流暢。縱有乖戾。亦覺頓釋。此卽大週天也。

不可無此棒喝。不真卽妄。毫釐而億萬億也。治身得真。醫世在其中矣。寂而體之。祖卽以天時驗內功。旨哉旨哉。

問活子時甚妙。必認定正子時。似著相。曰不著相。不指明正子時。何從而識活子時。既識得活子時。確然又有正子時。是一是二。非正非活。總要人看得真。一真則無不正。無不活矣。見得不真。何者爲活。何者爲正耶。卽如活子時。是時時見得的。畢竟到正子時。志氣清明。活子時愈覺發現。若未識得活的。且只向正的時候驗取。則正者現前。活者

無不神妙矣。

勸世歌章第十三

祖師曰。吾因度世丹衷熱。不惜婆心并饒舌。世尊亦爲大因緣。直指生死真可惜。老君也患有吾身。傳示谷神人不識。吾今畧說尋真路。黃中通理載大易。正位居體是玄關。子午中間堪定息。光回祖竅萬神安。藥產川源一炁出。透幙變化有金光。一輪紅日常赫赫。世人錯認坎離精。搬運中腎成間隔。如何人道合天心。天若符兮道自合。放下萬緣毫不起。此是先天真無極。太虛穆穆朕兆捐。性命關頭忘意識。意識忘後見本真。水清珠見玄難測。無始煩障一旦空。玉清降下九龍冊。步霄漢兮登天闕。掌風霆兮驅霹靂。凝神定息是初機。退藏密地是常寂。

吾昔度張珍奴二詞。會有宗旨。子後午前非時也。坎離耳。定息者。息息歸根中黃也。坐者。心不動也。夾脊者。非背上輪子。乃直透玉清大路也。雙關者。此處有難言。忘忘神守。而貴虛寂與無。所守。守此義也。液於是化。血於是成。而後於是返先天。氣於是返神。神於是還虛。虛於是合道。道於是圓志。志於是滿願。訣不勝述。此處是也。此十三句惟我宗祖遺教有之至如地雷震動山頭者。真氣生也。黃芽出土者。真藥生也。而基皆築於神守雙關也。此

句亦惟宗壇  
遺冊有之

小小二段。已盡修行大路。明此可不惑於人言。

昔夫子與顏子登太山頂。望吳門白馬。顏子見爲正練。太用眼力。神光走落。故致蚤死。回光可不勉哉。

回光在純心行去。只待真息凝照於中宮。久之自能通靈達變也。總是心靜氣定爲基。心忘氣凝爲效。氣息心空爲丹成。心氣渾一爲溫養。明心見性爲了道。子輩各宜勉力行去。錯過光陰。可惜也。七子勉之。一日不行。一日卽鬼也。一息行此。一息真仙也。參贊化育。其基於此。七子勉之。

呂祖師先天虛無太乙金華宗旨終

## 序

原夫大道寶筏。莫不應運而出。蓋由太上好生。憫世忘善。乃授純修弟子以度衆生。俾各會歸於極。以合皇極。永保昇平於無極耳。無如學者。心性不明。日趨污下。所示秘文寶筏。輾轉流傳。始惟魚魯。繼且私心塗改。以至旨昧宗淆。是以得書。貴慎校訂。然傳本訛誤。未有如近日所見謄本二書。一名呂祖師先天虛無太一金華宗旨。一名尹真人東華正脈皇極闡關證道仙經。實皆太上心傳。玄門寶筏。是二書也。吾山遺有初傳梓本。取以印證。正合原序所云。至道隱而不宣。必遭魔障。一得何敢稍懈。爰爲仇訂仇政。遂成全璧。原序曰。太上心傳。無非命寶。應昌明之元會。八萬劫而一傳。顧皆天魔深忌之文。每乘學者。心念一偏。魔便乘機而入。改參魔說。以敗正道。故古哲一得秘書。立即壽諸金石。垂作砥柱。邪說亂宗。得取以證。又曰。今值真道流行。時不可失。毋庸秘而不

泄什襲收藏。不若壽諸梨棗。佈諸都邑。無緣者忽視之。傳而不傳。有志者鑽研之。秘而非秘。中有循環守護者。二書原序所載已如此。今幸闔闢經訛本。未纂入道藏。金華宗旨謬本。雖入藏。而板存姑蘇。取以重梓。亦自易易。且其所誤。不過支派混淆。取證失真。明眼人見之。自然立辨。況書自山出。梓本久已傳世。而此東華正脈皇極闢證道仙經。梓本流傳未廣。世故罕見。其所參雜謬本。又相傳來自青羊宮。乃爲此經發源之地。混淆內潰。最足誤人。不早爲辨正。遺誤必烈。本山書板。雖已殘缺。幸有刷印原本。原可照本翻刻。然謬本流傳已廣。必須補其缺。正其誤。一一標而出之。庶以謬本爲枕中秘者。不爲所惑。知所適從矣。不敢以原書具在。無煩筆削。可登梨棗。遂惜墨偷安也。爰擬卽爲付梓。廣爲流布。謹述訂政顛末。以弁其首。蓋以是經。於道宗旨。大有關係云爾。時維道光辛卯仲夏望日。浙湖金蓋山龍門正宗第十一代。閔一得沐手謹序。

# 尹真人東華正脈皇極閭闔證道仙經卷之上

青羊宮傳鈔本

浙湖金蓋山人閱一得訂政

## 添油接命章第一

尹真人曰。原人生受氣之初。在胞胎內。隨母呼吸。受氣而成。此縷與母相連。漸推漸開。中空如管。氣通往來。前通於臍。後通於腎。上通夾脊。由明堂至山根而生雙竅。由雙竅下至準頭。而成鼻之兩孔。是以名曰鼻祖。斯時我之氣通母之氣。母之氣通天地之氣。天地之氣通太虛之氣。竅竅相通。無有閼隔。及乎數足。裂胞而出。剪斷臍帶。因地一聲。一點元陽。落於臍輪之後。號曰天心。虛靈一點是也。自此後天用事。雖有呼吸往來。不得與元始祖氣相通。人生自幼至老。斷未有一息注於其中。塵生塵滅。萬死萬生。皆爲尋不著舊路耳。所以太上立法。教人修煉。由其能奪先天之正氣。所以能奪者。由其有兩孔之呼吸也。所呼者。自己之元氣。從中而出。所吸者。天地之正氣。從外而入。人若使根源牢固。呼吸之間。亦可奪天地之正氣。而壽命綿長。若根源不固。所吸天地之正氣。恒隨呼吸而出。元氣不爲己有。反爲天地所得。亦只爲不得其門而入耳。蓋常人呼吸。

皆從咽喉而下。至中脘而回。不能與祖氣相通。所謂衆人之息以喉也。若至人呼吸直貫明堂而上。此惟息息由先天黃道蓋切切然以意守夾脊雙關。其間即黃中即神室又名得經也。自然通於天心一竅。得與元始祖氣相連。如磁吸鐵。而同類相親。即莊子所謂真人之息以踵也。踵者深也。即真人潛深淵。浮遊守規中之義。既潛深淵。則我命在我。而不復爲大冶所陶矣。此竅初凝。即生兩腎。次而生心。其腎如藕。其心如蓮。其梗中空外直。挂地撐天。心腎相去八寸四分。中餘一寸二分。謂之腔子裏。乃心腎往來之路。水火既濟之鄉。是皆胎結時氣與母一所以成之一種乃先天真氣不難而純成漸推漸開而見繼因往來久乃現然屬有形而無質也。既未接而後已。自孩始有臍帶得通而向無心故得與同呼吸。及其既出胎。因的一無氣落。下而極則已。自成一物。故惟自通而向切天地終始相通。而其氣祖不接者。氣浮下。沉之故。欲與祖接。自通絕不費功。但久氣淳不一但周流一體。自得長生之理。同欲通此竅。先要窮想山根。曰窮想者猶言想到則呼吸一呼吸。那有不得長生之理。同欲通此竅。先要窮想山根。無可想想。念則自無。則呼吸之氣。方漸次而通夾脊。透泥丸。以達於天心祖竅。而子母會合。破鏡重圓。漸漸擴充。則根本完固。救住命寶。始可言修煉工夫。行之既久。一呼一吸。入於氣穴。乃自然而然之妙也。此千古不傳之秘而妙用只是無念而按了真子曰。欲點長明燈。須用添油法。一息尚存。皆可復命。人若知添油之法。續盡燈而復明。即如返魂香點枯荻而重茂也。油



乾燈絕。氣盡身亡。若非此竅。則必不能添油。必不能接命。無常到來。惜惜而去矣。故呂祖曰。塞精宜急早。接命莫教遲。接則長生。不接則夭死也。人生氣數有限。而盛不知保。衰不知救。如劉海蟾云。朝傷暮損。迷不知。喪亂精神。無所據。細細消磨。漸漸衰耗。元陽斯去。闔闔之機一停。呼吸之氣立斷。噫。生死機關。迅何如也。而世人不肯回心向道者。將謂繁耶。抑畏難耶。然於此著功法。最是簡易。但行、住、坐、臥。常操此心。藏於夾脊之竅。則天地真氣。隨鼻呼吸。以扯而進。自與己之混元真精。凝結丹田。而爲吾養生之益。蓋此竅之氣。上通天谷。下達尾閭。周流百節之處。以天地無涯之元氣。續我有限之形軀。自是容易。學者誠能凝神夾脊之竅。守而不離。久久純熟。則裏面皎皎明明。如月在水。相似。自然散其邪火。消其雜慮。降其動心。止其妄念。妄念止。則真息自現。真息現。而真念無念。真息無息。息無則命根永固。念無則性體常存。性存命固。息念俱消。卽性命雙修之第一步功也。張崇烈云。先天氣從兩竅中來。西江水要一口吸盡。卽此義也。嗟夫。人生如無根之樹。全憑氣息以爲根株。一息不來。卽命非我有。故修長生者。首節專以保固真精爲本。精旺自然精化爲氣。氣旺自然充滿四肢。四肢充滿。則身中之元氣。不隨呼而出。大地之正氣。恒隨吸而入。久之胎息安。鄴鄂固。斯長生有路矣。此段工夫。自

始至終捨他不得。起手時有添油接命之功。坤爐藥生時有助火開關載金之功。嬰兒成形時有溫養乳哺之功。只待嬰兒既長。脫穴而升。移居內院之時。則是到岸不須船。而此添油接命之功。方纔無用。夫添油入竅。種種玄況不一。總以造有熱湯傾注之驗。覺極通暢。卻並不是將無作有的話頭。學者細心行持。自有天然妙處。

南樵子曰。此夾脊雙關一竅。在人背脊二十四節上下之正中。真可以奪神功。改天命。易曰。黃中通理。正位居體。美在其中。和之至也。

閔小艮曰。按此竅在脊前院後。而有形無形。未開謂之玄關。既開謂之玄竅。學者行到虛極靜篤時。此竅乃現。胎息息於此也。我身元神於此升降。乃謂得道道路也。謂得徹天徹地也。故此元神一入。自覺此中大無外細無內也。丹書一名神室。又曰黃房。其名不一。總之結胎養胎。造至脫胎。皆基於此處。第非後天三寶所得闖入也。蓋以此處是黃中。先天休養之所。主君之堂。臣輔得入。須憑宣召者。若夫任督。乃爲赤黑道。後天精血所由之徑。爲之導者。亦藉神氣。世人未知分別。每有後天鬧黃之弊。歷古丹經。不敢逕示由中升降。而但示以由任而降。由督而升。職此故也。是經慈示。實爲萬古未嘗少洩之祕。而爲證道捷徑。是故諄諄導以自然。自然則無後天升降。

升降純是先天矣。一得惟恐學者妄用心意。不從自然。致遭不測。識此數行。以告同學云。

### 凝神入竅章第二

尹真人曰。太上云。本增改吾從無量劫來。觀心得道。乃至虛無。夫觀心者。非觀肉團之血心。若觀此心。則有血熱抄本無火旺抄本火旺之患。不可不慎也。

閔小艮曰。謹按太上觀心。核屬三觀。蓋卽內觀外觀遠觀也。人心雖妄。當於此心之後。而退藏之。妙用無窮。皆基於此。其法蓋以觀虛觀無且觀靜寂耳。如是觀若勿觀。個中玄竅始開。若一雜有意念。其弊亦莫測。故有不可不慎之戒。

人有三心。曰人心道心天心。人心者。安心也。道心者。照心也。天心者。元關祖竅。氣穴是也。太上觀心者。以道心而普照天心也。

又曰。抄本誤作南樓子曰入竅觀心之法。凝神、定、息、清虛、自然、六根大定。百脈平和。將向來夾脊雙關所凝。潛入命府。謂送歸大冶牢封固。命門一竅。卽臍後一寸二分。天心是也。一名神爐。又名坤爐。此句準山而息之起。息之止。在此一穴。按自氣穴起息。狀如爐煙。隨吾呼吸。仍不外乎黃庭爲之主。張者。蓋有元神在也。調處之法。乃以道心而照

天心。則此靈谷之中。氣機雖繁。有神以主。亦仍如如不動。本體常存。神與氣合。緊緊不離。是名外煉。而不失夫胎息。蓋如凝神於炁穴。室是神也時時收視返聽。照顧不已。則此氣穴。炁是坤也亦日寂寂惺惺。永無昏沉。而睡魔自遣。且能應抽應添。運用自如矣。楞嚴經云。一根既返元。六根自解脫。蓋無六根。則無六識。無六識。則無輪迴種子。既無種子。則我一點真心。獨立無倚。空空蕩蕩。光光淨淨。斯萬劫而常存也。每見專務頂門之性。爲宗者。是不知命也。專務坤爐修命。爲宗者。是不知性也。純陽曰。修命不修性。此是修行第一病。只修祖性不修丹。萬劫陰靈難入聖。若此凝神入竅之法。乃性命雙修之訣。蓋得中央黃帝所結之神。以宰之耳。人若識於此處。而迎吾一點元神。入於元始祖竅。天心氣穴之中。綿綿續續。勿助勿忘。引而親之。一若升於無何有之鄉。則少焉呼吸相含。神氣相抱。結爲丹母。鎮在下田。待時至時。則攝吾身先天靈物。上引三才真一。油然而入。合我身中鉛汞。卽成無上英華。融而化之。有如北辰居所。衆星皆拱之驗。是皆元神潛入氣穴所致。故爾諸氣歸根。萬神聽令。然而古哲謂是黃葉。非真金也。必須久久行之。先天性命真正合一。如汞投鉛。而相制伏。而大丹真孕其中矣。蓋以此段工夫。神既入竅。則呼吸一在竅內。而吾鼻中呼吸。只有一點。而微若無。方爲入竅之驗。驗驗不失。乃

得真金焉。

南樵子曰。

抄本誤作師又復言蓋誤將經又曰作南樵子曰此誤以此註反作師又復言今準山本改之

此一章工夫妙在運雙關

所凝之神藏於氣穴。守而不離。則天地元始祖氣得以相通而入也。凡修持者。每日以子午卯酉四時爲則。每時或坐一香三香。斯時毛竅已開。必須再坐一二香。將神一斂下坐。方可出戶。否則恐干外邪。故亦不可不慎。

閔小艮曰。此章立論皆屬丹經所未泄。了道成真。祕旨備矣。中被魔學節改。幸道不終隱。得準山本。一一訂政。夫豈人力也哉。

### 神息相依章第三

尹真人曰。

謹遵山本增之

天谷之神。湛然寂然。真性也。神爐之中。真氣氤氲而不息者。真命也。

他兩個纔是真水火。真烏兔。真夫婦。真性命。使二者紐結一團。混合一處。煉在一爐。二六時中。神不離氣。氣不離神。性不離命。命不離性。二者則二而一。一而二者也。其功與前章之功一貫而下。每日子前午後。定息靜坐。開天門。以採先天。閉地戶。以守胎息。納四時之正氣。以歸正室。以養胎真。漸採漸煉。以完乾體。以全親之所生。天之所賦真汞。八兩。真鉛半斤。氣若嬰兒。陰陽膈合。混沌不分。出息微微。入息綿綿。內氣不出。外氣反

入久之神爐藥生。丹田火熾。兩腎湯煎。此胎息還元之初。衆妙歸根之始也。則一刻工夫。可奪天地一年之節候。璇璣停輪。日月合璧。真是萬里陰沉春氣到。九霄清徹露華凝。妙矣哉。眞陽交感之候歟。蓋神入氣中。猶天氣之降於地。氣與神合。猶地道之承於天。易曰大哉乾元。萬物資始也。蓋一陽不生於復。而生於坤。坤雖至陰。然陰裏藏陽。大藥之生。實根柢於此。藥將產時。就與孕婦保胎一般。一切飲食起居。俱要小心謹慎。詩云。潮來水面侵堤岸。風定江心絕浪波。性寂情空心不動。坐無昏憤睡無魔。此惟凝神氣穴。定心覺海。元神與眞氣相依相戀。自然神滿不思睡。而眞精自凝。鉛汞自投。胎嬰自棲。三屍自滅。九蟲自出。其身自覺安而輕。其神自覺圓而明。若此便是長生路。休問道之成不成。此境必待神爐藥生。丹田火熾。兩腎湯煎。方見此效。方可行開關之功。又曰。青羊抄本誤作南樵子曰。茲準梓本訂歸經文錄之。修真之士。果能將來脊雙關所凝之神。藏於氣穴。守而不離。則一呼一吸。奪先天元始祖氣。盡入氣穴之中。久而眞氣充滿。暢於四肢。散於百骸。無有阻滯。則自然兩腎湯煎。丹田火熱。而開關也。

南樵子曰。此一段工夫。妙在照之一字。照者。慧日也。慧日照破昏衢。能見本來面目。心經云。照見五蘊皆空。空者。光明之象也。五蘊皆空。則六識無倚。九竅玲瓏。百關透。

徹。空空蕩蕩。光光淨淨。惟到此地。方爲復我本來之天真。還我無極之造化。明心見性。汞去金存。再行添油入竅之功。神息永不相離。只待嬰兒成形。移居內院。方歇止。閔小艮曰。按此內院。卽是泥丸。又爲玉清宮。元神坐以待詔飛昇之地也。

#### 聚火開關章第四

尹真人曰。抄本誤作南樓子曰開關乃修真首務。胎息卽證道根基。未有不守胎息而望開關。不待開關而能得長生在世者。許旌陽曰。關未開。休打坐。如無麥子空挨磨。開得關。透得鎖。六道輪迴可躲過。此確論也。

閔小艮曰。此關是元關。乃卽尾閭關。故可聚火以開。上而夾脊雙關亦然。皆可以運行開者。鎖則無縫鎖。大造用以封鎖立竅者也。法惟虛寂之極。先天匙現。豁然洞啟。此竅一啟。九竅齊開。而胎息得行。大道乃有路焉矣。然按章旨。真人蓋爲元關未開者而發。乃從色身上攻去積陰。則行無病阻。是亦一法也。余更進而寂體。真人另有立意。乃補首章所未示。恐人專事中透捷法。而置任督於勿理。則於生生妙用。未免功缺。亦非至庸至正功法。此功行後。則於色身固大利。而於法身得培。更無缺缺。後學遵循中透。亦無混入關黃之誤。立意蓋如此。

開關之法。擇黃道吉日。入室靜定。開天門以採先天。閉地戶以守胎息。謹候神爐藥生。丹田火熾。兩腎湯煎。見此功效。上閉巽竅。塞兌垂簾。神息歸根。以意引氣。沉於尾閭。自與水中真火紐作一股。直撞三關。抄本作自有天然真火誤當此之時。切勿散漫。倒提金鎖鎖。以心役神。以神馭氣。以氣沖火。火熾金鎔。默默相沖。自一息至數百息。必要撞開尾閭。火逼金過太元關。而閭口內覺刺痛。此乃尾閭關開之驗。一意後沖。緊撮穀道。以鼻息在閭抽吸。內提上去。如推車上高坡陡處。似撐船到急水灘頭。不得停篙住手。猛烹急煉。直逼上升。再經夾脊雙關。仍然刺痛。此又二關開通之驗。以神合氣。以氣凝神。舌拄上腭。目視頂門。運過玉枕。直達泥丸頂上。融融溫煖。息數週天數足。以目左旋三十六轉。鉛與汞合。真氣入腦而化爲髓。再候藥生。仍行前功。每日晝夜。或行五七九次。行之百日。任督自然交會。一元上下。旋轉如輪。前降後升。絡繹不絕。內有一股氤氲之氣。如雲如霧。騰騰上升。沖透三關。直達紫府。漸採漸凝。久則金氣布滿九宮。補腦之餘。化而爲甘露。異香異美。降入口中。以意送入黃庭土府。散於百絡。否則送爐。如是三關透徹。百脈調和。一身快暢。上下流通。所謂醍醐灌頂得清涼。同入混爐大道場者此也。抄本於土府下少兩句。百日之功。無間時刻。關竅大開。方可行採藥歸壺之事。不然。縱遇大藥。而關竅不開。



徒費神機。採亦全無應驗。張三丰云。不煉還丹。先煉性。未修大道。且修心。修心自然。丹性至。性至然後藥材生。還虛子曰。開關之法。妙在神守。雙關一竅。此竅能通十二經絡。善透八萬四千毛竅。神凝於此。閉息行持。久之精滿氣化。氣滿自然。沖開三關。流通百脈。暢於四肢。竅竅光明。此爲上根利器也。然於中下之士。或又行功怠緩。則關竅難開。必得丹田火熾。兩腎湯煎。依法運行。方能開通。故經云。天之神棲於日。人之神棲於目。古人謂目之所至。神亦至焉。神之所至。氣亦至焉。又云。神行則氣行。神住則氣住。開關功夫。不外乎此。

南樵子曰。

抄本誤。蓋下文入經。故無四字。茲準山本訂改之。

此章功夫。始而妙在神氣紐作一股。默默透後

上沖。次而直如推車。至上半山。似渡江臨急流水。必要登巔達岸而後已。學者專心致志。努力行持。自有此效。

閔小艮曰。先師太虛翁云。呂祖師醫世功法入手。亦以開關爲第一義。大可卽此章以治身。卽可準此功以醫世。細體以行。身無有不治。世無有不安泰也。其效乃在流通百脈。暢於四肢。而難在通關透竅也。關開乃有用。竅透用始得當。治身其然。治世亦爾也。

尹真人東華正脈皇極閭闢證道仙經卷之上終

# 尹真人東華正脈皇極闔闢證道仙經卷之中

青羊宮傳鈔本

金蓋山人閔一得訂政

## 採藥歸壺章第五

尹真人曰。本增之山採藥必用夜半子時一陽初動者。其時太陽正在北方。而人身之氣在尾閭。正與天地相應。乃可以盜天地之機。奪陰陽之妙。煉魂魄而爲一。合性命以雙修。蓋此時乃坤復之際。天地開闢於此時。日月合璧於此時。草木萌蘖於此時。人身陰陽交會於此時。至人於此時而採藥。則內徵外應。若合符節。乃天人合發之機。至元而至妙者也。經云。食其時。百骸理。盜其機。萬化安。又云。每當天地交合時。盜取陰陽造化機。於亥末子初之時。清心靜坐。凝神定息。收視返聽。一念不生。萬緣盡息。渾淪如太極之未分。溟滓如兩儀之未兆。湛然如秋江之映月。寂然似止水之無波。內不知乎吾身。外則忘乎宇宙。虛極靜篤。心與天通。先天大藥。隨我呼吸而入於黃庭。周天數足。鉛汞交結。天然真火。薰蒸百脈。周流六虛。沖和八表。一霎時雷轟巽戶。電發坤門。五蘊空明。九宮透徹。玉鼎湯煎。金爐火熾。黃芽遍地。白雪漫天。鉛汞髓凝。結如黍珠。三十六宮花

似錦。乾坤無處不春風。訣曰。存神、惟在腎水火、養潛龍。含光須默默。調息順鴻濛。此乃封閉之要訣也。青羊鈔本此下有文六句梓本無之蓋後人所接也茲削而不錄

南樵子曰。修真鍊至明心見性。歸真已得其半。學者果能九竅玲瓏。五蘊空寂。百節透澈。則採藥亦易得。邱長春曰。深耕則易耨。布種爲鈎玄。識得玄中奧。人元遍大千。在人遇師不遇師耳。此梓本原文鈔本大有竄改不錄

閔小艮曰。聞諸駐世神人。泥丸李翁。諭我先師太虛翁云。成道多門。而採取非一律。宗所事爲最高。蓋謂得自虛空也。得之之時。學者倘有遍體統熾之患。此情動於中之故。法惟退心於密。能感致太極真陽。陰焰自滅。夫此真陽。歸自坤位。升得乾護。歸休太極。故能降熄燎原之焰。然非涼德所能感降。吾身者。是以學貴壘行。名曰深耕。次惟大隱朝市。不勞布種。自有人元虛集而已。則寂淨虛無以俟。此則律宗之所受授也。夫太極真陽。學者德能感此。必自頂門而下。且必滴頂應闕。雲時清涼。驗乃如此。所謂乾元得自頂。三界立清涼是也。南樵所述。玄乎玄乎。而青羊鈔本削而不錄。故準梓本訂增之。

又曰。一得參究遇師語意。輾轉不成寐。久之。忽入一境。見我師太虛翁。燕坐如生平。

手執一卷。青紙金書。曰。此是瓊瑤先生所遺。鶴林彭君。纂入天仙枕中祕。世間尙有之。訪可得者。一得。跪而閱之。記其大旨。乃卽太上宗旨所載。須置活虎生龍。備爲勾引。感太玄於虛際。是乃清淨道侶。以元引元。以一引一。此自然通感之妙用。書內有八十一偈。其七言曰。活虎生龍習靜時。虛空交感不相知。無中生有還歸彼。有裏還無我得之。得此悅同巫峽雨。全憑目力慎維持。蓋言以目後透而升。斯無逐情外漏之弊。其殿偈四言。蓋釋師字之義。按爾雅。師。衆也。玉篇。像他人也。是藉男女衆人。以引元之義。如釋氏之無遮大會。卽此妙用也。禮曰。師也者。教之以事而喻諸德者也。教以事。如集清淨道侶。以引太玄之事。諭諸德。則兼有積德之旨。師字之義。所該如此。偈云。太玄真一。極休如雌。感而遂通。行行合師。五五不圓。勿克應之。得之則榮。失之則枯。道無予奪。德孤乃孤。太虛翁曰。斯貴自勉。毋辜負。爾自知。又曰。後世必有誤會者。豈僅作功行條數已哉。二千五百人爲師。五五。是解師中衆字之義。孤者衆之反。曰德孤乃孤者。言無德。雖遇衆。如不遇也。南樵所述師字隱含。如許妙義也。南樵述而不之釋。感師慈示。爰謹識之。道光辛卯季夏朔日。謹誌於金陵甘露園。

卯酉週天章第六

尹真人曰。前章先天大藥。入於黃庭。採藥也。此章卯酉週天。左右旋轉。收功也。張全一鉛火秘訣云。大藥之生有時節。亥末子初正二刻。精神交媾。含光華恍惚。生明月。蟠畢流下。噴泡然。一陽來復。休輕泄。急須閉住。太元關。火逼金。過尾閭穴。採時。用目守泥丸。垂於左。上且凝。歇。謂之專理。腦生玄。右邊放下。復旋折。六爻數畢。藥升乾。陽極陰生。往右遷。須開關門。以退火。目光下。矚守坤田。右上左下。六凝住。三八數了一週天。此是天然真火候。自然升降。自抽添也。無弦望與晦朔也。無沐浴達長篇。異名剪除譬喻掃。只斯數語是真詮。此於採藥歸壺後行之。則所結金丹。不致耗散。大藥採來歸鼎。若不行卯酉週天之功。如有車無輪。有舟無舵。欲求遠載。其可得乎。其法。先以法器頂住。太玄關。口。次以行氣主宰。下照坤臍。良久。徐徐從左上照乾頂。少停。從右下降坤臍。爲一度。如此三十六轉。爲進陽火。三十六度畢。去了法器。開關退火。亦用行氣主宰。下照坤臍。良久。徐徐從右上照乾頂。少停。從左下降坤臍。爲一度。如此二十四。爲退陰符。純陽云。有人問我修行法。遙指天邊月一輪。此卽行氣主宰之義也。此功與採藥歸壺之功。共是一連。採取藥物於曲江之下。聚火載金於乾頂之上。乾坤交媾於九宮。週天運轉而凝結。故清者凝結於乾頂。濁者流歸於坤爐。逐日如此抽添。如此交媾。永漸多而

鉛漸少。久而鉛枯汞乾。陰剝陽純。結成牟尼寶珠。是爲金液大還丹也。蓋坎中之鉛。原是九天之真精。離中之汞。原是九天之真氣。始因乾體一破。二物遂分兩弦。常人日離日分。分盡而死。而至人法乾坤之體。效坎離之用。奪神功。改天命。而求坎中之鉛。制離中之汞。取坎中之陽。制離中之陰。蓋陽純而復成乾元之體也。紫陽曰。取將坎位中心實。點化離宮腹內陰。自此變成乾健體。潛藏飛躍盡由心。

南樵子曰。抄本以下誤纂入經後升前降。採外藥也。左旋三十六。以進陽火。右轉二十四。以退陰符。皆收內藥而使來歸壺。不致耗散也。日積月久。煉成一黍米之珠。以成真人者。卽此也。

偈曰。移來北斗過南辰。兩手雙擎日月輪。飛趁崑崙山頂上。須臾化作紫霄雲。閔小艮曰。謹按此章。乃就一身中。採取坎一以爲種子。與上章經義不一。上章得自虛空。此章成自神功者也。

尹真人東華正脈皇極闡證道仙經卷之中終



# 尹真人東華正脈皇極闡證道仙經卷之下

青羊宮傳鈔本

浙湖金蓋山人閔一得訂政

## 長養聖胎章第七

尹真人曰。始初那點金精。渾然在鑛。因火相逼。遂上乾宮。漸採漸積。日烹日鎔。損之又損。鍊之又鍊。直至烟銷火滅。方纔成一粒龍虎金丹。圓陀陀。活潑潑。輝煌閃灼。光耀崑崙。放則迸開大地竅。歸復隱於翠微宮。此時藥也不生。輪也不轉。液也不降。火也不炎。五氣俱朝於上陽。三花皆聚於乾頂。陽純陰剝。丹熟珠靈。此其候也。然鼎中有寶非真寶。欲重結靈胎。而此珠尙在崑崙。何由得下而結耶。必假我靈。申透真陽之氣以催之。太陽真火以逼之。催逼久則靈丹自應時而脫落。降入口中。化爲金液而直射於丹局之內。霎時雲騰雨施。雷轟電掣。鏖戰片晌之間。而消盡一身陰滓。則百靈遂如車之轉轂。七寶直如水之朝宗矣。許宣平曰。神居竅而千智生。丹入鼎而萬種化。然我既得靈丹入鼎。內外交修。鍊之又鍊。至與天地合德。則太虛中自有一點真陽。從鼻竅而入於中宮。與我之靈丹。合而爲一。蓋吾身之靈。感天地之靈。內徵外應。渾然混合。老子云。人

能常清淨。天地悉皆歸。當此兩陽乍合。聖胎初凝。必須時常照覺。謹慎護持。如小龍之初養珠。如幼女之初懷孕。牢關聖室。不可使之滲漏。更於一切時中。四威儀內。時時照顧。念念在茲。混沌沌。如子在抱。終日如愚。不可須臾間斷也。葛仙翁曰。息息歸中。無間斷。天真胎裏自堅凝。陳虛白曰。念不可起。念起則火。炎意不可散。意散則火。冷惟要不起不散。含光默默。真息綿綿。此長養聖胎之火候也。

南樵子曰。道之所以長養聖胎者。不獨玄門爲然。釋氏亦有形成出胎之語。修真之士。於靜定之中。入三摩地者。謂道之元神元氣元精。三者合一而歸於天心一竅也。釋氏謂之正定。正中正受。三昧真定。而入於真空大定也。入定之時。慧日懸空。朗大千。大道分明。體自然。十月聖胎完就了。一聲霹靂出丹田。照天心一竅者。以耳內聽此竅。以眼內觀此竅。如如不動。寂寂惺惺。身如琉璃。內外明徹。包含十方諸佛刹土。靜定自如。虛空淡然。渾無一物。此爲三昧真定法門。

偈曰。男兒懷孕是胎仙。只爲蟾光夜夜圓。奪得陰陽真造化。身中自有玉清天。閔小艮曰。謹按此章。雙承前兩章得藥歸壺。示以長養聖功也。蓋前兩章得法不同。而皆有未盡善處。一由性功未純。而感外擾。致有燎原之患。幸知鑒行積功。上感大

造。降至真陽。色身賴以拯救。然經此患。玉石俱傷。欲保功成。必須得法以撫以安也。其次章之失。乃時命理未精。所採所得。盡屬後天。丹書所謂黃葉。不是真金。何以故。我身三寶。得自父母。父母得自天地。是太極無極之降本流末也。以人而論。是先天以道而論。尙屬後天。至人知之。故必先事身中胎息。致開先天玄關。摸著大造鼻孔。同出同入。始得於中招引人元。出坤入坤。按兩坤字。上坤指坤方。西南是也。下坤指人身。坤腹是也。如是呼吸。自得一一收歸坤爐。朝烹夕煉。與夫平日所引所致種種真元。煉而成珠者。引歸神室。溶成一粒。乃爲胎成。先師太虛翁謂工至此。方可從事長養。倘或所聚有雜。必重加工力。以鎔以化。蓋以往昔所結。尙屬幻化之胎。法惟仗神逼出內院。鎔成金液。重下坤爐。招致玄竅感降之一。與吾神爐煉物。融成一粒。引歸神室中。以休以養。始得謂真種。今按是章所言。若合符節。則知是章所言鼻竅。不可認作人身鼻孔。此竅必是玄竅。而鼻則祖義焉耳。南樵子隱而未泄。恐誤後人。不敢不白云。

### 乳哺嬰兒章第八

尹真人曰。前面火候已足。聖胎已圓。若果之必熟。兒之必生。彌歷十月。脫出其胎。釋氏

以此謂之法身。玄門以此謂之嬰兒。蓋炁穴。

抄本作氣。誤也。按此炁穴即炁穴。又曰坤爐。乃為藥歸。

煇煉之所。而炁穴乃是仙胎結。發之地。此不可以不辨者也。

原是神仙長胎住息之鄉。赤子安身立命之處。嬰兒既

宴坐靜室。安處道場。須藏之以玄。守之以默。默始借坤母黃芽以育之。繼聚天地生氣以哺之。此感彼應。其中自呼自吸。自闔自闢。自動自靜。自由自在。若神仙逍遙於無何有之鄉。若如來禪定於寂滅海之場。雖到此大安樂處。仍須關元。勿令外緣六塵魔賊所侵。內結煩惱。奸回所亂。若坐若臥。常施瑩淨之功。時行時止。廣運維持之力。方得六門不漏。一道常存。真體如如。丹基永固。朝夕如此護持。如此保固。如龍之養珠。如鶴之抱卵。而不敢頃刻之偶忘。方謂真人潛深淵。浮游守規中也。其法以眼觀內竅。以耳聽內竅。潛藏飛躍。總是一心。則外無聲色臭味之牽。內無意必固我之累。方寸虛明。萬緣澄寂。而我本來之赤子。遂怡怡然安處其中矣。老子云。外其身而身修。忘其形而形存。如心空無碍。則神愈鍊而愈靈。身空無碍。則神愈鍊而愈精。鍊到形與神而相涵。身與心而為一。纔是形神俱妙。與道合真者。古仙云。此際嬰兒。漸露其形。與人無異。愈要含華隱曜。鎮靜心田者。若起。懽心。即為著魔。嬰兒既長。自然脫竅。時而上升乾頂。時而出升虛際。時而頓超三界外。不在五行中。出沒隱現。人莫能測。修道必經之境。古哲處

之。惟循清虛湛寂焉。是爲潛養聖嬰之至道。

南樵子曰。火候已定。聖胎已完。全賴靈父聖母。陰陽凝結以成之。雖然。嬰兒顯象。尙未老成。須六根大定。萬慮全消。而同太虛之至靜。則嬰兒宴居靜室。安處道場。始能得靈父聖母。虛無之祖炁。以養育之。養育之法。神歸大定。一毫不染。開天門以採先天。閉地戶以守坤室。無晝無夜。刻刻提防。勿令外緣六塵所侵。內賊五陰瞋魔擾亂。心心謹篤。三年嬰兒老成。自得升超天谷。直與太虛不二矣。

偈曰。含養胞胎須十月。嬰兒乳哺要千朝。胎離欲界升內院。乘時直上紫雲霄。閔小良曰。青羊抄本。攬入門外漢語。如此章中。旣云嬰兒旣長。穴不能居。又於註末。攬入嬰兒老成。自尾閭而升天谷。旣長而穴不能居。是肉身耶。嬰兒乃由尾閭鑽上耶。且焉有玄竅嫌窄者。翻能透閭而上。自相矛盾乃爾。茲準山本訂政之。

### 移神內院章第九

尹真人曰。始而有作。有爲者。採藥結丹。以了命也。終而無作。無爲者。抱一冥心。以了性也。施肩吾曰。達摩面壁九年。方超內院。世尊冥心六載。始脫藩籠。夫冥心者。深居靜室。端拱默默。一塵不染。萬慮潛消。無思無爲。任運自如。無視無聽。抱神以靜。體含虛極。常

覺常明。此心常明。則萬法歸一。嬰兒常居於清淨之境。棲止於不動之場。則色不得而碍之。空不得而縛之。體若虛空。斯安然自在矣。陰長生曰。無位真人居上界。空寂更無塵可碍。有爲功就。又無爲無爲。也有功夫。在所謂居上界者。蓋卽嬰兒之棲天谷也。空寂明心者。蓋卽呂祖向晦宴息。冥心合道之法也。無爲也有功夫在者。蓋卽太上卽身卽世。卽世卽心。迺相固濟之宗旨。其次蓋卽譚長真所云。嬰兒移居上丹田。端拱冥心。合自然。修道三千功行滿。憑他作佛與升仙也。謂必移居天谷者。非必以地峻極於天。實以其純一不雜。嬰兒居此。自無一毫情念得起。但起希仙作佛之心。便墮生死窟中。不能得出。夫此清淨體中。空空蕩蕩。晃晃朗朗。一無所有。一無所住。心體能知。知卽是心。心本虛寂。至虛至靈。由空寂虛靈而知者。先知也。由空寂虛靈而覺者。先覺也。不慮而覺者。謂之正覺。不思而知者。謂之真知。雖修空不以空爲證。不作空想。卽是真空。雖修定不以定爲證。不作定想。卽爲真定。空定真極。通達無礙。一旦天機透露。慧性靈通。乍似蓮花開。恍如睡夢覺。忽然現乾元之境。充滿於上天下地。而無盡藏。此正心性常明。炯炯不昧。晃朗宇宙。照徹古今。變化莫測。神妙無方。雖具肉眼。而開慧眼之光明。匪易凡心。而同佛心之覺照。此由見性見到徹處。修行修到密處。故得一性圓明。六根頓

定。何謂六通。玉陽太師曰。坐到靜時。陡然心光發現。內則自見肺肝。外則自見鬚眉。知神顛躍。日賦萬言。說法談玄。無窮無極。此是心境通也。不出廬舍。豫知未來。身處室中。隔牆見物。此是神境通也。正坐之間。霎時迷悶。混沌不分。少頃心竅豁然大開。天地山河。猶如掌上觀紋。此是天眼通也。能聞十方之語。如耳邊音。能憶前生之事。如眼前境。此是天耳通也。或晝或夜。能入大定。上見天堂。下見地獄。觀透無數來劫。及宿命所根。此是宿性通也。神通變化。出入自如。洞見衆生心內隱微之事。意念未起。了然先知。此是他心通也。若是者何也。子思曰。心之精神謂之聖。故心定而能慧。心寂而能感。心靜而能知心空。而能靈。心誠而能明。心虛而能覺。功夫至此。凡一切善惡境界。樓臺殿閣。諸佛衆仙。不可染著。此時須用虛空之道。而擴而充之。則我天谷之神。升入太虛。合而爲一也。再加精進。將天谷元神。煉到至極至妙之地。證成道果。太上曰。將此身世身心。融歸入竅。外則混俗和光。出處塵凡。而同流俗。往來行藏。不露圭角。而暗積陰功。開誠普度。以修以證。是正性命雙修之妙用。究其旨歸。不外皇極闡之玄功。易曰。先天而天弗違者。蓋言機發於心。兩大之氣機。合發而弗違也。此卽人能宏道之旨。而功法不外神棲天谷。行夫不識不知。惟深惟寂。陽光不漏。故能愈擴愈大。彌遠彌光。自然變化。

生神。生之又生。生之無盡。化之又化。化之無窮。東華帝君曰。法身剛大。通天地。心性圓明。貫古今。不識三才原一個。空教心性獨圓明。是言當以普濟爲事。是卽行滿三千。功圓八百之旨。又曰。世間也有修元者。先後渾凝。類聖嬰。若未頂門開巨眼。莫教散影與分形。是言難有後天。後天有形。一紙能隔。況骨肉乎。若夫先天。金玉能透。何勞生開巨眼哉。惟其難有後天。開眼而出。雖可變化無窮。未能與天合德。故須加以九年面壁之功。淘洗淨盡。乃與天合。自然跳出五行之外。返於無極之鄉。證實相。立之又立。得真功。全之又全。成金剛不壞之體。作萬年不死之人。自覺覺他。紹隆道種。三千功滿。而白鶴來迎。八百行圓。而丹書來詔。飛昇金闕。拱揖帝鄉。中和集云。成就頂門開一竅。個中別有一乾坤。然此頂門。豈易開哉。先發三昧火以透。不通。次聚太陽火以衝之。二火騰騰。攻擊不已。霎時紅光遍界。紫焰彌天。霹靂一聲。天門開也。呂祖亦云。九年火候真經過。忽爾天門頂中破。真神出現大神通。從此天仙可稱賀。此言後天未淨。破頂而出也。至於積功累行。全在神棲內院之時。余昔有去功圓。纔許上瑤京。無限神通在色身。行滿便成超脫法。飄然跨鶴觀三清。見今闕正需材。邱氏功高爲救災。止殺何如消殺劫。三千世界盡春臺。



南樵子曰。吾師運心。何等之普。今之人得有一訣一法。秘密深藏。惟恐洩漏。知與吾師自較。豈不愧死。噫。度人卽是度己。壘行卽是修仙。蓋以普度卽性天耳。閔小艮曰。按抄本此一章。大有改削。註不勝註。茲一準山本增政之。細體經文。直是醫世入手功法。其間圓證宗旨。亦備示焉。第未說破醫世之旨耳。駐世神人泥丸李祖。謂是書與本山所降金華宗旨。皆爲醫世而出。蓋必上承元始法旨者。然章中不露應運而說。逕謂旨歸不外云云。是從太上所示。體會而得。按真人在世以法顯。未聞倡行醫世之道。此經蓋昇證後宣示之文。亦運會使然也。故神人李祖。有欲說未說。今將說之。偈見於是經下章。

### 煉虛合道章第十

尹真人曰。水邱子云。打破虛空息億劫。旣登彼岸捨舟楫。閱盡丹書萬萬篇。末後一句無人說。李真人曰。欲說未說。今將說。卽外卽內還虛寂。氣穴爲爐理自然。行滿功圓返無極。高真人曰。此秘藏心印。皆佛佛相授。祖祖相承。迄今六祖衣鉢。止而不傳。諸佛秘藏。於斯已矣。今值元會。樵陽再生。真道當大行。世所傳煉神還虛而止者。猶落第二義。非無上至真之道也。

樵陽者。古真人之號。姓王。不知何代人。王崑陽律祖。潞州人。相傳生時。有仙人過其門曰。樵陽再生矣。太上律宗。從此復振矣。載在三山館錄。律祖於順治康熙間。五開演鉢堂。付授太上三大戒。弟子三千餘人。傳戒衣鉢。有呂祖醫世說述。則得受者有三千餘部。豈非真道之大行乎。況律祖戒堂。開在京邸白雲觀。爾時佛道兩宗傳戒。非奉旨。不得私開。其所傳。有律有書。有手卷。卷中載歷祖支派。自太上而下。所傳戒偈。或五言。或七言。或四言。累代相承。無缺。無所承者。則必屬冒入。律必究送勿貸。卷上錄有諭旨。冠其卷端。而立律亦極嚴。所以杜假冒耳。所傳之書。義理本無所禁。然戒律鄭重。恐人褻玩。故輕泄之律最嚴。是以律裔一概襲藏。而凡無人可授之裔。則必聚而焚之。此食古不化之流弊。律祖三傳而道遂絕。今嘉慶間所開演鉢。邱祖戒本失傳。近所傳訪諸淨明宗教錄。與邱祖所傳小同而大異也。我山先輩亦守戒焚之。書則錄本倖存。而卷律亡矣。先師太虛翁道及。必撫膺流涕。蓋爲此耳。真人此書。直與醫世妙用。一貫相通。循以修入。太上宗旨。如示諸掌。不爲註而出之。何以對我師。且任情不政。何以對真人。此一得。不得已之苦衷。非好爲饒舌也。龍門後學

禪關一竅。息心體之。

此一句爲開玄之枕中秘。

一旦參透。打開三家寶藏。消釋萬法千門。還丹至

理豁然貫通。而千佛之秘藏。復開於今世。蓋釋曰禪關。道曰玄竅。儒曰黃中。事之事之。方能鍊虛合道。乃爲聖諦第一義。卽釋氏最上一乘之法也。此法無他。只是復煉陽神。以還我毘盧性海。以烹以煉。濁盡清純。送歸天谷。又將天谷之神。退藏於密。如龍養頷下之珠。似鶴抱巢中之卵。卽內卽外。卽氣卽心。凝成一粒。謹謹護持。無出無入。眼前卽是無量壽國。而此三千大千世界。咸各默受其益。無有主角可露。虛寂之極。變化之至。則其所謂造化者。自然而復性命。自然而復空虛。至此則已五變矣。變不盡變。化不盡化。此通靈變化之至神者也。故神百煉而愈靈。金百鍊而愈精。煉之又煉。則爐火煖消。虛空現若微塵。塵塵蘊具萬頃冰壺世界。少焉神光滿穴。陽焰騰空。自內竅達於外竅。外大竅九。以應九州。大竅之中。竅竅皆大神光也。小竅八萬四千。以應郡邑。小竅之中。竅竅皆大神光也。澈內澈外。透頂透足。在在皆大神光。

光之所注。其處利益。故當在在照注。注以透澈爲度。無有絲毫作用於其間。惟以恒定爲妙。定則周遍。恒則透澈。醫世秘訣。盡於此章矣。蓋照則一到。光則元至。能透能足。施有虛施乎哉。是有實理實驗。然在行者。不費一文。不勞絲力。坐而致之。得間卽

行。日計不足。月計有餘。況有三年九載乎。第當切戒者。於光照之時。慎毋妄加作用。按瓊琯詩文集。詳載白祖本是先天北斗祿存星君。唐堯時大旱。玉帝付以瓶水拂塵。命星君馭龍施雨。旨曰。某地幾點。某地幾點。母缺母多。既行。見地皆赤。禾苗枯。溪澗涸。乃不遵旨。傾瓶罄水而回。致有九年之水。星君乃下謫爲人。此可見天工人代。不可作意於其間。畸輕畸重也。醫世功法。無如是書光照兩字。而教養亦自兩全。卽如用清用和。我輩性功未澈。命理未精。用或不當。得罪非細。不如迎光普照。不加意念爲得。鄙見如是。筆以質諸高明。

再又攝歸祖竅之中。一塵不染。寂滅而靜定。靜定而寂滅。靜定之久。則紅光如奔雲發電。從中竅而貫於上竅。則更無論大小之竅。而神光動耀。照澈十方。上天下地中人。無處不照耀矣。

醫世至此。所得益地。不獨震旦南瞻可周。西牛東勝北荻中赤。皆受益焉。而功用全在一塵不染。並無作用於其間也。下文所行所言。亦如此。是有涵育薰陶。俟其自化之義。

如是則更加斂攝。消歸祖竅之中。一塵不染。寂滅而靜定。靜定而寂滅。靜定之久。則六

龍之變化已全。而神更變爲舍利之光。如赫赫日輪。從祖竅之內。一湧而出。化爲萬萬毫光。直上於九霄之上。普照大千世界。一如大覺禪師所說偈言。方知太上所云。天地有壞。這個不壞。這個纔是先天主人翁。這個纔是真性本體。這個纔是金剛不變不換之全真。這個纔是無始以來。不生不滅之元神。這個大神通。大性光。覺照閻浮提普度一切。纔是不可稱。不可量。不可思議之無量功德也。故其偈曰。

一顆舍利光烈烈。照盡億萬無窮劫。大千世界總皈依。三十三天咸統攝。

北宗龍門十一代閔一得。讀是經畢。歡喜踴躍。百拜稽首。謹獻一偈。

偈曰。至真妙道隱西天。東土重聞賴師述。是名皇極闡闢經。道宗玄旨該儒釋。卽修卽證道並行。功用默申醫世說。忘年忘月一心持。有效無效敢休歇。自從無始到如今。生生世世空勞力。生年月日時現存。一寸光陰皆可惜。一朝圓滿返大羅。大羅天本爲人立。大千志士莫灰心。佛也凡夫修乃及。如是如如非杜撰。皇皇經語堪重釋。青陽宮原本。輾轉傳寫。道販輩證諸律宗。律宗驚其輕泄。節去其要。道販輩又從而增損之。故爾強半失真。奉天李蓬頭。名一烝。曾論及此。此世傳謬本之由。有夙根者。具慧眼。覺其參錯不純。委余校訂。幸有本山梓本。刊自康熙間者。取以讐別。遂成完

璧。吾宗丹書。皆爲世珍。先師太虛翁。於是書有跋。惜爲同人攜去。憶其大旨。謂此經上承正脈。是通天澈地之道。長生久視。乃其餘事。又言眞人生於東漢。隱現不可測。駐世神仙泥丸李翁。謂嘗會於青羊宮之寥陽殿。自云於嶺南脫化。生平以有爲法炫世。大厄隨至。乃跨鐵鶴以遺世。茲述虛無大道。以勉同志焉。觀於此。則是經煉虛合道章所引李詩。卽爲我祖泥丸眞人無疑矣。尹眞人於元明時姓尹。世所稱尹蓬頭是也。於東漢時姓屈諱禎。道號無我。閱千數百年。蓋屢易姓名。以隱於塵世者。余生也晚。何幸得處其山。又得其書。今更得其謬本而訂政之。個中奇緣。蓋有不可思議者。故謹誌之。龍門後學閔一得謹跋。

尹眞人東華正脈皇極閭闢證道仙經卷之下終

# 尹真人寥陽殿問答編

計共六篇

青羊宮傳鈔本

浙湖金蓋山人閔一得訂政

## 第一篇 按卽升座篇

爾時尹真人在西蜀青城山白雲堂下。諸弟子散齋致齋畢。設座於寥陽殿東廡。迎請真人登座。真人乃臨。此山本之文與抄本稍異諸生三參禮畢。各各依次而立。真人爲諸生講說。皇極開天。闡闢玄機。清淨解脫。不二法門。座中有一弟子。名曰玄真。離次而出。詣真人座前。稽首再拜而問焉。

曰。請問真人生死陰陽之理。真人答曰。大衆好生惡死。莫識生從何來。死從何去。徒在生前。謀百計。奔馳一生。及至死時。如生龜解殼。活鱉落湯。地水火風。各自分散。神既離形。而但觀世界。直與潑墨相似。東西莫辨。上下不知。輪迴六道。隨業受生。只見有緣之處。如火見光明色。發爲愛種。納想成胎。十月滿足。因地一聲。天命真元。注於祖竅。屬於坤卦。自一歲至三歲。屬於復卦。至五歲屬於臨卦。至八歲應乎泰卦。至十歲應乎大壯。至十三應乎夬卦。至十六應乎乾卦。自一陰以至六陽。男子無漏。稱爲乾體。此時倘

遇明師授訣。修煉頓圓。此乃上德全人也。自後欲情一動。真元卽泄。此時八年損一陽。十六歲至二十四歲。一陰初生。應乎姤卦。至三十二歲。應乎遯卦。至四十歲。應乎否卦。至四十八歲。應乎觀卦。至五十六歲。應乎剝卦。至六十四歲。純陰用事。復返於坤。此乃人生不出六陰之數也。人之一生。千作萬爲。俱爲虛幻。而所與偕行者。惟生前所作善惡二業。緊緊隨身。一絲不漏者也。

又問前三田。答曰。臍輪之後。一寸二分。因地一聲。真元落於此處。號曰天心。一名氣海。又曰神爐。乃胎仙元命之根。是故又號天根。爲煉精化氣。煉氣上升之地。是故又號坤爐。按卽丹書之下田。下田之上。亦曰黃庭。乃是赤子立命之處。人之血心。名曰絳宮。不可修煉。只宜存養。蓋以存液成血。養血化精。是亦要地。心之後而稍下。乃是中田。名曰黃堂。又名土府。易曰黃中。道曰玄竅。乃仙胎結養之所。最忌後天三寶滲入者。頂中泥丸。名曰乾頂。一名天谷。又號內院。嬰兒形成。升駐於此。丹書名曰上田。此處是也。抄本所改

謬混之至謹準  
山本一一訂政

又問後三關。答曰。人之尾間。在尻脊上第三節。一名長強。一名三岔路。一名河車路。一名禁門。其下曰元關。其前曰氣海。乃陰陽變化之鄉。任督交會之處。丹書名曰尾間關。



者是也。人之背脊二十四節。上應二十四氣。有關在二十四節頭尾之中。一名雙關。直透頂門。此卽夾脊關也。人之後腦骨。一名風池。其竅最小而難開。欲開此竅。舌拄上腭。目視頂門。全仗神爐聚火。接續冲起。此關乃開。此關名曰玉枕。又曰鐵壁也。身後三關。開法如此。統準山本訂政之

又問人之元氣。可以發生否。答曰。元氣逐日發生。子時一陽之氣生於復卦。其氣到尾閭。乃尻骨上第三節是也。丑時二陽之氣生於臨卦。其氣到腎堂。自下數上第七節是也。寅時三陽之氣生於泰卦。其氣到元樞。自下數上第十一節是也。卯時四陽之氣生於大壯。其氣到夾脊。自下數上第十二節是也。辰時五陽之氣生於夬卦。其氣到陶道。自下數上第二十二節是也。巳時六陽純乾之氣。至玉枕關。陽已極也。陽極陰生。理所必然。午時一陰之氣生於姤卦。其氣到泥丸宮。卽百會穴也。未時二陰之氣生於遯卦。其氣到明堂。明堂在兩眉之正中。上一寸二分是也。申時三陰之氣生於否卦。其氣到臍中。心之外包絡是也。酉時四陰之氣生於觀卦。其氣到中脘。戌時五陰之氣生於剝卦。其氣到神關。亥時六陰之氣乃純坤之卦。陰極又陽生矣。自子至巳爲六陽。行陽二十五度。自午至亥爲六陰。行陰二十五度。晝夜周流於五臟六腑之間。而氣滯則病。氣

息則死。人之修煉而長生住世者。總由固精以養氣。閉任以開督。使兩脈運行而不息也。

請問太極之理。師曰。太極者。吾人之天心也。釋氏曰圓覺。道曰金丹。儒曰太極。所謂無極而太極者。不可極而極之之謂也。凡人始生之初。只此一點靈光。所以主宰形骸者。卽此太極也。父母未生以前。一片太極。而其所以不屬乎形骸者。乃爲無極也。欲識本來真面目。未生身處。一輪明太極。有二理。自運行而言。則曰時候。雖天地不外乎一息。自凝結而言。則曰真種。雖一黍可包乎天地。宿贅歸根。晏息杳冥。是爲時候太極。孕字結實。交媾結胎。是爲真種太極。人能保完二極而不失。則可以長生。可以不化。豈止窮年令終而已哉。

請問如何謂之火龍水虎。答曰。水虎者。黑鉛也。是天地萬物發生之根。乃有質無氣者。真鉛也。火龍者。紅鉛也。是天地萬物發生之本。乃有氣無質者。真汞也。有質者。真鉛也。太陰月之精。爲天地萬物有形之母。無質者。真汞也。太陽日之光。爲天地萬物發生之父。鉛汞之體。互相孳育。循環不已。不可謂生天生地生萬物之祖宗乎。古今至人。知神物隱於此。法爻象而採取太陰之精。設爐鼎而透會太陽之氣。以二者歸於神室。混混

沌沌相交。交合不已。孽育無窮。而木中生魂。金中生魄。凝然而化爲鄴鄴。結爲百寶名曰金液大還丹。

此答蘊有極玄極秘。極妙極宏。而又極庸極奇。極簡極正之體之用。然不外乎我師太虛翁兩句曰。內而虛極靜篤。外而混俗和光。按此必以天地爲藥物。太虛爲爐鼎。用以措之世。卽爲三尼醫世。用以歸之一身神室。謂之金液大還丹。如是行去。謂之公私兩利。世身並益焉。先哲謂是書功法。足取醫世。有以夫。

請問如何謂之日烏月兔。答曰。日者。陽也。陽內含陰象。砂中有汞也。陽無陰則不能自耀。其魂爲雌火。乃陽中含陰也。日中有烏。卦屬南方。謂之離女。故曰。日居離位。反爲女。月者。陰也。內含陽象。鉛中有銀也。陰無陽則不能自瑩。其魄名雄金。乃陰中含陽也。月中有兔。卦屬北方。謂之坎男。故曰。坎配蟾宮。却是男。無隱子曰。鉛取玉兔腦中精。汞取金烏心內血。只此二物。結成丹。至道不繁。無扭捏。二物者一體也。

此卽發明上節之玄理。而取貴得精焉耳。用以醫世。理信然也。究其妙用。不外清和兩字。而功用必如烏兔。遙相固濟。用乃無窮。古哲曰。用日必如春。用月必如秋。有以夫。

請問大小爐鼎。師曰。凡修金液大還丹。先要安爐立鼎。鼎之爲器。匪金匪鐵。爐之爲器。匪玉匪石。黃庭爲鼎。氣穴爲爐。黃庭正在氣穴之上。一縷相連。乃真人身血脈交會之處。鼎卦曰。正位凝命是也。此之謂小爐鼎也。乾位爲鼎。坤位爲爐。鼎中有水銀之陰。卽火龍也。爐內有玉蕊之陽。卽水虎也。虎在下爲發火之樞機。龍在上起雲騰之風浪。若爐內升陽降陰無差。則鼎內天魂地魄留戀。青龍白虎相拘。玉兔金烏相抱。火候調停。煉成至寶。故青霞子曰。鼎鼎非金鼎。爐爐非玉爐。火從臍下發。水向頂中符。三姓既會合。二物自相拘。固濟胎不泄。變化在須臾。此之謂大爐鼎也。

先哲靖菴氏曰。醫大千。當用大爐鼎。烹小鮮。只用小爐鼎。太虛氏曰。醫世運。須用大爐鼎。若治身家病在一已。只須頻事小爐鼎。身無有不正。家無有不治者也。

請問內藥外藥火候之旨。師曰。凡修煉者。先修外藥。後修內藥。若明睿之士。夙具靈根。則一煉外藥。便煉內藥。內藥無爲。無不爲。外藥有爲。有以爲。內藥無形。無質而實。有外藥有體。有用而實。無外藥可以治病。可以長生久視。內藥可以超越。可以出入無外。外藥外陰陽往來。內藥內坎離輻輳。以外藥言之。交感之精。先要不漏。呼吸之氣。更要微。微。思慮之神。貴在安靜。以內藥言之。煉精者。煉元精。抽坎中之陽也。元精固則交感之

精。自不洩漏。煉氣者。煉元氣。補離中之元陰也。元氣住。則呼吸之氣。自不出入。煉神者。煉元神。坎離合體而復乾元。元神凝。則思慮之神。自然泰定。內外兼修。成仙必矣。紫陽云。內藥還同外藥。內通外亦須通。丹頭和合類相同。溫養兩般作用。內有天然真火。爐中赫赫常紅。外爐增減要勤功。妙絕無邊真種。真種者。人元也。火符之斷案也。

無邊真種。來自大千。得訣以修。多如倉粟。無時無地。盈滿虛空者。說詳雙修寶筏。所以難得者。中不虛寂耳。斯答所言內藥。乃指身中之先天。所言外藥。乃指身中之後天。先師太虛翁曰。長春真人云。以身而言。坎鉛爲外藥。離汞爲內藥。其實身心而已。以世而言。乾坤之氣爲外藥。坎離之精爲內藥。其實後先而已。故以道論。太極之極爲外藥。無極之極爲內藥。是以天地有病。義取太極以補之。不濟。迎致無極以生之。至人作用有如此。此載太上大戒說中者。我宗律祖。世世相承。傳至崑陽王祖而絕其說。尙存。所示功訣。不過空述其義。非天奪之。人心不古故也。吾得聞此。自吾恩師泥丸真人述之。謂雲遊遍大千。所見所聞。無上立旨。無有過於此者。然謂道不終隱。此是長春真人首徒虛靖趙氏一祖之言。有所授之也。先師之論。現載三一音符經中。感而述於是答之後。噫。吾身亦是天地之身。窮返極復。亦可深造無極。既造無極。

則自可與無極一鼻孔出氣。況古至人亦非三頭六臂者。古人云。有志竟成。成不成莫問。事不事在我。計惟死而後已可也。

請問取坎填離。復我乾健之說之旨。師曰。鉛汞者。太極初分先天之氣。先天氣者。龍虎初弦之氣也。虎居北方坎水之中。陽爻原出於乾。乃劫運未交之先。乾因顛滅馳驟。悞陷於坤。乾之中爻。遂損而成離。離本汞居。故坎中黃男。名汞祖也。龍居南方離火之內。而離內陰爻。原屬於坤。乃混沌顛落之後。坤因含受孕育。得配於乾。坤之中爻。遂實而爲坎。坎本鉛金。故離中玄女。是坎家也。似此男女異室。鉛汞異爐。陰陽不交。而天地否矣。聖人以意爲黃婆。引坎內黃男配離中玄女。夫妻一媾。卽復純乾。是謂取坎填離。復我先天乾健之體。紫陽云。取將坎內心中實點化離宮。腹內虛是也。

取坎填離活法。無如金華宗旨坎離交媾章。功法最妙。祖師曰。凡漏泄精神。動而交物者。皆離也。凡收轉神識。靜而中涵者。皆坎也。七竅之外走者爲離。七竅之內返者爲坎。一陰主於逐色隨聲。一陽主於返聞收見。坎離卽陰陽。陰陽卽性命。性命卽身心。身心卽神炁。一自歛息。精神不爲境緣流轉。卽是真交。而沉默趺坐時。又無論矣。準是法以行。則醫世亦於此得訣。而用不支離矣。

請問如何謂之降龍。師曰。離日爲汞。中有己土。強名曰龍。其形獐惡。主生人殺人之權。專成仙成佛之道。威靈變化。感而遂通。雲行雨施。品物流行。乾之九二。見龍在田。利見大人。孔子曰。龍德而正中者也。世上不悟此龍生生之功。每反受其害。若人能知而畏之。遇而馭之。則能降此獐惡之龍。而積至精之汞。不難矣。降之之法。制其心中之真火。火性不飛而龍可降。則有投鉛之時。不積汞。何以取其鉛。不降龍。何以伏其虎。且真鉛真汞。未易相投。而真龍真虎。亦難相制。學者若能了得這個龍字。則外此皆末事也。

煉丹妙訣。無過降龍。醫世功法。首正人心。訣惟一切放下。迎請乾元。以注闔浮。朝斯夕斯。世風自正。隨昇坤元之氣。以輔相之用。葆真風。先哲石菴氏。嘗言此感通之理。應驗如神。蓋道其實學也。說載韓箕疇三山館錄。韓乃康熙間名士。有文行者。石菴氏爲其戚友。非虛語也。

請問如何謂之伏虎。師曰。坎月爲鉛。中有戊土。強名曰虎。其形猖狂。雖能害人殺人。却蘊大乘氣象。舉動風威。叩之則應。含宏光大。品物資生。易曰。履虎尾。不咥人亨。孔子曰。素履之往。獨行願也。若人能知而畏之。馴而調之。則能伏此猖狂之虎。以產先天之鉛矣。其降龍而必繼之以伏虎者。蓋伏虎則無咥人之患也。故歷代聖師。以降龍爲煉己。

以伏虎爲持心。紫陽曰。若要修成九轉。先須煉已持心。卽此義也。

煉丹妙訣。固如是也。用以醫世。訣惟攝坤元以寧之。何以故。無恒產而有恒心。惟士爲能耳。

請問如何謂之心印衣鉢。答曰。善哉。汝以此爲問乎。佛有梵網經。陀羅尼。天有元始律。玉章經。乃真心印。乃真衣鉢也。然其義理淵深。而所包無際。如天之無不覆。如地之無不載。智如三藏法師。僅譯其文。而於陀羅尼經旨。未嘗身體力行。聖如純陽帝君。僅述其說。而於玉章經真文。未嘗詮註一字。東華帝君曰。法身剛大通天地。心性圓明貫古今。不識三才原一個。空教心性獨圓明。蓋言卽身卽世。卽世卽心。無內無外。無滅無生。合修合證者。乃爲菩薩。乃爲天仙也。故吾佛道。惟律宗始得傳授。然衣鉢相傳。歷千數百年。而未有能發其覆以倡宗風者。蓋待其人而後行。亦待其運會而後有其人。然人非天外人也。人人可學。人人可能。性命功圓。則經義自能通曉。經力自能覺照。大千通乎天地。而運乎一心。此虛無秘密。清淨妙明之機。保合含宏。覺通光大之體。小則纖塵不染。大則沙界彌綸。十方諸佛。共這一個鼻孔出氣者。三界衆仙。向這裡立命安身者。了道悟真。從這裡打破者。成佛作祖。在這裡涵溶者。三才三寶。三寶一真。非有非無。現



在規中。形如滿月。狀似蓬壺。然非心非腎。非臟非腑。放之則彌六合。卷之則退藏於密。魔王拱服。衆聖皈依。如紅日當空。陰魔斂形。如皎月中天。容光必照。機旋星斗。氣轉乾坤。祖祖無言。師師吐舌。此無上無極之真品也。此乃是無極真空。教外別傳之旨。是乃千真不露之靈章。萬聖不傳之奧典。卽譯卽說。以事必須修見本來面目。造至真實徹悟。然後循行水火之功。煅煉之法。三田充滿。三界清和。再須加以九年溫養。是已修造清淨廣大法身。承行始無不驗。我玄門斯道之傳。始於晉授天仙戒。世世相承。寶而秘之。然而長春真人三千門弟子。而聞道者一十八真耳。偈曰。

不是玄門消息深。高山流水少知音。有人尋著來時路。赤子原通天地心。

抄本此篇。大與梓本不同。或爲律裔驚其漏洩秘文。而削去之。道販輩又從而竄改之。故於宗旨奧義。盡淨除去。茲準山本原文改政。

請問如何謂之採藥。答曰。採藥之法。乃心心相印。口口相傳。不敢輕泄。汝今問及。不亦智乎。汝於亥末子初。觀一陽初動之際。虛極靜篤。心與天同。神息合一。先天之炁。隨我呼吸。入於黃庭。周天數足。丹田湯沸。此真驗也。百脈如蟲行。四肢如火熾。此採藥歸壺之秘訣也。

請問如何謂之轉識爲智。變化氣質之性爲佛性。答曰。本來天真之性。本無塵染。不著一物。卽大圓鏡智性是也。因一念萌動。合於凡軀。爲後天知識所誘。故轉而爲識。今欲返其本而復其初。每日不拘時候。凝神定息。神息相依。抱一無離。時以善法。扶助自心。時以赤水。潤澤自心。時以境界。淨治自心。時以忍耐。坦蕩自心。時以仙佛知見。開發自心。時以仙佛平等。廣大自心。時以正法眼界。觀照涅槃妙心。久久行之。塵根掃盡。六識無依。而我本來面目。如皎日當空。復我最初之本體。還我無極之造化。由茲轉識爲智。化氣質之性爲佛性。良有以也。

請問若諸衆生。精修道業。有護持否。若諸衆生。不能修煉。將此經敬奉供養。有福德否。答曰。若諸衆生。精心行持。卽是廣積陰功。

所謂色身一刻清和。閑閑卽受一刻利益。況能終日終月乎。先師太虛翁曰。泥丸翁云。一日行三時。三月必得徵應。我輩雲水。無位無財。三千功。八百行。何日得圓。太上憫之。故垂是典。無如世無恒心。心且不恒。又何論行哉。恒行無間。三載胎圓。斯胎卽名無量功德。胎護道天神。晝夜巡護。如隄護睛。行有不圓乎哉。然律有對代者。知而不行。罪無赦。一日一大過。可不懼哉。吾宗律裔。修多磨折。蓋或忽此故也。日有刻持。

九年亦必道成。中或有間。便當折算。斯乃三元考功司所掌。歲逢五臘。上元天官。彙申玉闕。此常例也。閭閻禱祝。佛道持誦。亦歸醫世律中者。世所未之聞也。先師所道。有如此。不敢秘。謹以告吾同人。按下文所示。亦有是義。並非神其說。曰解說。曰書寫。曰供養。是歸禱祝禮誦一律者。遵行亦必有驗。是乃真人不得已之婆心。所以救贖失持一流人物耳。而其鴻願。蓋在行持也。

玉帝勅命十方天仙。飛天神王。侍衛左右。如護玉帝。護持正道。一切諸魔。不敢侵害。修真之人。九玄七祖。升仙界。若爲塵緣所牽。不能修煉。將此真文。爲人解說。教人行持。其功德不可思議。若諸衆生。將此真文。精潔書寫。上中下卷。合以成部。供養淨室。晨昏香燈不輟。吉星照耀。宅舍光明。諸佛擁護。萬聖錫福。禳灾禳疾。無不應驗。痴韓瘖啞。虔誠供養。禮拜真文。久久行持。心性靈通。氣質頓改。是時問答已畢。異香滿座。現前大衆。各明了性命。豁然開悟。爾時慧菴主人座下。有一弟子。名曰靜極。起詣真人座前。稽首長跪而讚曰。

大哉至道。

無上至尊。

開天立極。

敷落神真。

天地之祖。

混沌太無。

杳杳冥冥。

天震地裂。

元始誕生。

萬物之根。

閨闔開通。	神衝六門。	不生不滅。	無臭無聲。	靈明不昧。
亘古長存。	上徹天清。	下燭地寧。	中立皇極。	元始至尊。
三皇輔佐。	召攝萬靈。	主宰五炁。	混合百神。	性命之蒂。
闔闢之衡。	萬神侍衛。	魔王保迎。	有緣之士。	得遇是經。
能斷愛慾。	絕滅七情。	依經修煉。	得命歸根。	綿綿固蒂。
神守命庭。	丹田三寶。	煅煉堅凝。	神通內運。	旋乾轉坤。
卽內卽外。	會歸道心。	三才六合。	蕩蕩平平。	嬰兒昇證。
號曰真人。	闡揚正教。	普度迷津。	布傳萬卷。	上報天真。
東華正脈。	皇極真文。	吾師悟述。	接引後人。	道成上達。
九祖同登。	寶之祕之。	萬聖咸欽。		

時靜極弟子誦讚畢。會中大衆。各各踴躍歡喜。敬信遵奉。禮拜而退。  
按青羊抄本。於煅煉堅凝下。節去七句。茲準山本增之。

第二篇

尹真人曰。一吸便提。氣氣歸臍。一提便嘯。水火相見。山本註曰。他本作一呼。今作乃仙。

家保命十六字訣。以其珍貴。故名十六錠金。是言一吸一呼。通任督二脈而歸於臍也。人身負陽抱陰。督脈在背屬陽。任脈在胸屬陰。督有三關。曰尾閭。曰夾脊。曰泥丸。任有二截。下自陰根至臍。上自頂下至臍。人之呼吸。任乎自然。工夫全在兩提字。靜中畧用意與目力爲提。然太著意則反害之矣。一吸入腹。畧用意與目力。從陰根提起。納之於臍。便提者。提一吸之氣。通任脈下半截而納於臍。所謂一吸便提。氣氣歸臍也。一提卽一呼。於一呼之中。畧用意與目力。提入督脈。從尾閭通背骨。直至頂門。常人不通督脈。故尾閭亦謂之關。提入督脈。則尾閭便通腰間。夾脊亦一關也。尾閭夾脊皆易通。而頂門一關最難通。故謂之泥丸。用功久之。則泥丸自通。通時樂不可言。昔人比之天上醍醐。又比之交媾。泥丸既通。則嚥入任脈之上半截。而納於臍。便嚥之嚥。非嚥精。亦非嚥氣。氣從頂門落下喉間。略一納便歸臍矣。泥丸未通。全在兩提字用功。便嚥則通關以後事也。一陰一陽之謂道。一呼一吸之謂息。呼吸皆歸於臍。陰陽固濟。所謂水火相見也。臍內一寸三分爲丹田。歸臍則歸丹田矣。未生時胎息於此。仙家煉丹亦於此。實爲氣之橐籥。一身之太極也。任督脈通。水火交濟。每一呼吸。周身灌輸。病何自而生哉。

山本註曰。斯論本古說。我宗亦有遵行之者。先以理任。繼事理督。終則一事胎息。以

其濁後歸諸臍。以其清先寄諸腦。但事養生。別有捷訣。蓋以放下萬緣。爲養陰。聚火開關爲助陽。訣則以吸吸自尾間。以呼呼自泥丸。方其吸升。統背內外。陽氣雍雍而普升也。方其呼降。統額而胸內外。油然下坡。胸腹腰際。內而五臟六腑。暢適無賽。以意漸收。統歸下極。神注二十四息。總以造至若存若忘。悠然住手。如是日行無間。不惟卻病。亦可延年也。按此註文。乃得九世從祖雪蓑翁所註。後學閱一得訂政至此。因謹補述焉。

### 第三篇 按卽始基篇

尹真人曰。修道以見性爲始基。以上謹遵山本增之夫人之性。日居兩目。藏於泥丸。夜居二腎。藏於丹田。古德云。心是樞機。目爲盜賊。欲攝其心。先攝其目。蓋弩之發動在機。心之緣引在目。機不動則弩住。目不動則心住。陰符經曰。機在目。道德經曰。不見可欲。使心不亂。老子曰。常無欲。以觀其妙。常有欲。以觀其竅者。觀此也。黃帝三月內觀者。觀此也。故觀心得道。自然念止妄消。長生久視。心息相依。全在此目。目之所至。心亦至焉。心之所至。氣亦至焉。然下丹田爲命之蒂。上丹田爲性之宗。由下而達上者。漸法也。先上而兼中下者。頓法也。黃庭經云。玉房之中神門戶。子欲不死修崑崙。吾人未有此身。先有此息。

受生之初。隨母呼吸。此縷與母聯屬。前通於臍。後通於腎。上通夾脊泥丸。至山根而生雙竅。是名鼻祖。斯時我之氣。通母之氣。母之氣。通天地之氣。逮夫裂胞而出。一點元陽。落於立命之處。自此後天用事。雖有呼吸往來。不得與元始祖氣相通。只爲尋不著來時舊路耳。太上立法。教人修煉長生。以奪天地之正氣者。由其有兩孔之呼吸也。今之調息數息抑息。皆不到元關一竅者。總因不得其門而入。夫人之生也。一竅初凝。卽生兩腎。次生其心。心腎相去八寸四分。中餘一寸二分。乃心腎往來之路。水火既濟之鄉。欲通此竅。全要存想山根。則呼吸之氣。直貫明堂。凡一身之九竅八脈。十二經。十五絡。無不周流貫通。真如提綱挈領。衆星拱極。萬壑朝宗。有不一得而永得者乎。丹道之妙。始基於此。

石菴子曰。山根一地。亦名玄牝。於此存觀。學到一念不生。自能豁然內闢。神由黃道。直達中黃。自覺寬廣高深無際。乃爲內玄牝。從此寂體如初。直可深透造化玄牝。遂與元始祖竅。一鼻孔出氣。而頭頭是道。豈僅尋著一身祖竅哉。故曰。丹道之妙。始基於此。

#### 第四篇 按卽神室篇

尹真人曰。始基者。升堂之謂也。試更詳夫入室之妙。爾時門人默叩曰。元性元神可有異否。以上謹遵山本增改曰。元性卽元神。無以異也。以其靈通莫測。妙應無方。故名之曰神。謂之元者。所以別於後天之思慮也。神之在人。亦有宅乎。曰。吾聞諸紫清仙師云。人有三谷。乃元神之室。性靈之所存也。其空如谷。又名谷神。神存則生。神去則死。日則接於物。夜則接於夢。神不安其居也。靈樞內經曰。天谷元神。守之自真。人身之中。上曰天谷。泥丸是也。中曰應谷。絳宮是也。下曰靈谷。關元是也。此三谷者。神皆居之。謂之三田。請更進而申其說。夫泥丸者。棲神之本宮也。絳宮者。布政之明堂也。靈谷者。藏修之密室也。故夫元神居於絳宮。則耳有聞。目有見。五官效職。而百體爲之從令矣。元神居於靈谷。則視者返。聽者收。神氣相守。而營魄爲之抱一矣。楊子有言。藏心於淵。美厥靈根。淵者。深昧不測之所。卽靈谷也。卽氣穴也。廖蟾暉所云。前對臍輪。後對腎。中央有個真金鼎。此正藏神之室也。

是蓋泛言元神卽元性。而未說到結胎。特示棲神之室耳。

第五篇 按卽河車篇

尹真人曰。神既藏矣。是謂歸根。歸根曰靜。靜曰復命。將見神氣相守。抱一無離。迨夫靜



極而動。則是神也。復乘氣機而上升於泥丸。於是河車之路始通。要知河車之路。乃吾  
身前後任督二脈也。夫氣之始升也。油然潏然。鬱蒸於兩腎之間。浩浩如潮生。溶溶如  
冰泮。泛濫於五臟之上者。乃水經濫行。不由溝洫也。吾急以神斡歸尾閭。使之循尾閭  
而上。至夾脊雙關。上風府而直至於泥丸。神與氣交會於此。則其疎暢融液。不言可知。  
少焉降為新美之津。自重樓而下。由絳宮入氣穴。歸其所藏之處而休焉。如此循環灌  
注。久久純熟。氣滿三田。上下交泰。所謂常使氣沖關節透。自然精滿谷神存也。造化至  
此。內煉之真境見矣。然非深造而詣極。又烏知余言之足徵哉。

### 第六篇 按即秘授篇

未坐先治心。空如寂。如事來則理。理去則忘。置事成敗於勿問。惟自盡心而已。次則理  
氣。充如浩如。常升聽升。當降聽降。置作用於勿事。惟俟機醇而已。蓋以氣由心生。心治  
氣自治焉。如是行持。總以無間為妙。無間則身心自泰。故坐不拘子午。得閑則坐。閑不  
而作閑字中有妙用。坐亦不須結跏。而手須握固。訣名也。以大指指甲掐住亥子紋間。以四指握  
驚則加動以握驚自定故所以鎮驚也。身既得靜。止念為先。刻惟返觀內照。起自額前  
其訣名握固此要訣也空際。存有紅黃如月。懸照山根。有光無光聽之。從此心息相依。念外無念。惟覺三田一

貫。凡夫色相。虛空玄況。非我本來。隱現聽之。不爲轉念。此是主腦。是卽周易思不出位之至道。然而人心至靈。況又初學。何能便爾。訣有之。不怕念起。只怕覺遲。又曰念起是病。不續是藥。故有但滅動心。不滅照心之義。而於身心既定。亦必返照有所。所者處所也。謂卽一以制萬。初則率神歸室。室卽神室也。如是體照。自覺此中虛寂而湛如。得到自如之候。不假存照而得。乃爲得見吾心本體。初學焉能至此。寂體久之。此況始現。若欲保此而求進。必須不忘。而如忘。則自中廣無際。清寂如之。如是行去。總以止念返照。刻刻如是。行滿七日。乃可自此景中。移目下視臍內。自得直入下田。便有煖氣。隨目下注。須更用目內旋。初則自中至外。旋旋如此。自覺下田漸寬。乃復令目自外至中。旋旋如之。此中自覺淵如。而覺煖氣內發。漸至沸如。此心仍如止水。則自得有涼液一點。點出絳宮。乃是退符之真驗。於斯時也。必有熱氣自穴上迎。至於腕下左右盤旋。其氣騰如。若有所待。吾則一意守之。以目迎之。以心如是以應之。少頃便有涼液湧自心後。與腎熱氣相接。現有吞吐莫釋。暢快難言之景。切莫貪戀。卽須收住。徐以兩目內視淵深之處。繼以心意導之。使此氣機旋轉腹中。初則自小而大。後則復收爲小。仍導二炁。一歸氣海。乃爲坎離交。又名小週天。實爲退符之大用。不知者誤謂進火。而進火之機。卻基

於此。故我於斯時。一呼一吸。滿口津液如飴。便宜烹煉。或留絳闕。或散經絡。或注心後而入腎。各有妙用。故必當連嚥。將此心火存烘。俟有化機洋溢。隨義施行。終則導歸氣海。以火逼入。所謂液於是化血。血於是化精。精於是化氣。氣於是沖關透後者。然液之化血。必於絳闕。血之化精。必於兩腎。精之化氣。必於氣海。如是化存。則此下田三寶充盈。乃有無路可走之勢。自然沖開尾閭。從太元關逆流。隱隱覺有兩股煖氣。上腎堂。過夾脊。歷二十四骨節。圭旨有云。火逼金行顛倒轉。自然鼎內大丹凝。此之謂也。但至夾脊。學者道淺。寶積未富。那能一時便得直透而上。切勿煩躁欲速。惟自日日行之。意中須以心目相送。微用提撮穀道法。如轆轤循環。自然志至氣次。時候一到。片晌之間。夾脊自開。雙關自闢。直上玉枕。玉枕一關。名曰鐵壁。居頭凹之處。有一高骨。尤難過此。必須閉目上視。低頭用意。直透此關上至泥丸。與神交合。此時景象。有如雷轟電掣。火焚波沸。種種形聲。似真似幻。切須牢守身心。勿驚勿喜。徐徐自定。清磬泠然。滲入兩耳。泥丸崑崙之間。如火珠一顆。盤旋不已。隱現於眉間。覺從鼻內而下向元膺。仍自降入氣管。乃由華蓋絳宮。直抵丹田。此時身心快樂。難以言喻。所謂乾坤交媾罷。一點落黃庭是也。學者如或真火稍微。再加微火吹動。是加異風以鼓之。異風者鼻息也。微微抽添。又復如前從後。

而上從前而下。環繞不已。此卽河車自轉也。然後升前降。俱在骨節內行。不在皮膚內行。詩云。丹田直透泥丸頂。自在河車幾百遭。則鉛枯而汞乾矣。此乃大週天火候。行之既熟。更須急行卯酉週天之法。世人止知乾坤交媾。而不知卯酉週天。是有南北而無東西。如有車無輪。有舟無舵。其欲至遠。不亦難乎。第預清淨其心。空洞其念。虛寂其機。湛如油如。外用一物。頂住太元關。時至發動。寂體以隨。中無後天參雜。用目守住泥丸下。照坤臍。良久。自從氣穴中。透出火珠一粒。自左邊升起。至臍左邊。次到絳宮。從絳宮之左。忽折入左脇下。而後透入左肩。上左耳根。入左目。到山根。畧存一頃。卽轉右目。從右耳根後。下右肩。繞而前轉心之右。下至臍。仍還丹田。如是者三十六次。爲進陽火。又從右邊升起。左邊降下。二十四次。爲退陰符。但初時入手。未免略略著意。到純熟地位。自然左右俱升。且或分從治命橋前後。俱不知其然而然者。人之一身皆屬陰。惟目屬陽。蓋目者。陽竅也。故目之所到。卽心之所到。心之所到。卽氣之所到。此收內藥之妙也。治命橋。丹經未有及之者。獨金笥寶籙云。內有棲神窟。橫安治命橋。言之甚明。工夫行到純熟。氣穴中自然元氣升起。如噴泡然。入於臍輪。橫過治命之橋。此一橋也。前通丹田。後通命門。中空如管。乃元氣往來之所。忽然兩腎如湯煎。若尙有陰火。小覺微痛。蓋

龍戰於野之義。若陰火已剋盡者。不痛也。徐徐滾上崑崙之頂。此時下而尾閭。中而二十四骨節。都不經歷。且更有一種妙處。並不由玉枕關。忽從兩腮邊。上元始宮中。自慢慢降入山根。到鼻準。入人中。濃液凝入雀卵。從雀橋入舌下。歷十二重樓。徐徐嚥入中宮。則先天一立。後天退藏矣。所過之穴。有陰氣者。未免相戰。微微作痛。蓋戰盡羣陰。始完全先天也。一正至而百邪難容。一竅開則萬孔生春。鉛氣上升。汞氣下降。鉛汞之氣。渾圓於丹鼎之外。卻病延年。可成陸地神山。金丹之道。思過半矣。圭旨云。大道分明見此元。璇璣卯酉法天然。由中達外中全外。自後推前後。即前陽火進來。從右轉。陰符退後。往西旋。霎時火候週天畢。煉顯明珠似月圓。此明珠。即嬰兒種子也。長養聖胎。又當另做。非可容易。既做了卯酉週天。火逼金行。一點乾金。遂上乾宮。漸採漸積。日烹日鎔。損之又損。到得煉無可煉。此時藥也不生。輪也不轉。液也不降。火也不炎。五氣俱朝於上陽。三花皆聚於乾頂。然經云。鼎中有寶非真寶。重結靈胎是聖胎。但珠在崑崙。何由得下。必假神爐竊靈陽真氣以催之。太陽真火以逼之。催逼既久。靈丹應手脫落。化爲金液。吞入口中。直射丹廂之內。此即中丹田也。於一切時中。時時照顧。念茲在茲。混混沌沌。不即不離。所謂時時照丹廂。刻刻守黃庭是也。又云。漫守藥爐看火候。但安神息。

任天然。陳虛白曰。念不可起。念起則火燥。意不可散。意散則火冷。只要一念不起一意不散。含光默默。真息綿綿。此長養聖胎之真火候也。故白玉蟾曰。採藥物於不動之中。行火候於無爲之內。如此十月。聖胎成矣。氣足胎完。脫出其胞。移神上宮。無須霹靂一聲。蓋金石能透。何勞頂門開裂哉。蓋其末後重結之胎。乃以天地至先之元爲法身。以其自得之一爲法心。究其妙用。乃以三才爲藥物。而以太虛爲爐鼎。感致無極之真。與我法心合而成一也。故其末後行功。鬼神莫得而窺。豈僅出入自如。變化無方已哉。然或未身體力行。化育大道。太上猶僅視屬天民。一自了漢耳。謂必與天合體。與地合用。行全道備。方不負爲形神俱妙。與道合真之人。噫。學者要知人之得與天地並列爲三者。天地爲大造。人身亦一大造也。人之足重如此。二三子可不勉哉。

石菴子曰。道運宏開。是書乃出。古聖真非不能道。時未至耳。若真人者。可謂善乘時者也。雖然。讀而不能體。體而不能行。真人亦末如之何也已矣。

上品丹法節次目錄

鍊已存誠

築基培藥

坎離交媾

採藥歸鼎

周天火候

乾坤交媾

十月養胎

移神換鼎

泥丸養慧

鍊神還虛

鍊虛合道

與道合真



# 上品丹法節次

衡陽道人李德洽原述

金蓋山人閔一得續纂

受業姪孫 陽林較訂

## 鍊己存誠

嘗觀紅塵之中。紛紛擾擾。大抵皆汨於利欲。非滯功名事業。卽自玩忽年華。不知復還本性。間有夙生智慧。希求大道者。而機緣不偶。卻遇庸流指引。陷入曲徑旁蹊。終身莫悟。此至道之不明於世也久矣。予因夙世良緣。幸遇真師。得參上品丹法工夫節次。今已效驗。不敢自私。務爲剪荊除棘。闢門引路。直指坦平大道。使人按步循行。如有好道之士。立心誠篤。信受無疑。須卽澹嗜好。寡言語。省思慮。薄滋味。慎寒暑。均勞逸。以期志氣清明。乃可希登仙品。故必先存誠以鍊己。鍊淨後起之習染。獨露先天之真體。卽孔子所謂克己復禮之意。學者果能鍊去凡心。獨存真性。無論行住坐臥。應事接物。立身行己之際。將平日七情六慾種種妄想。刻刻掃除。當不見不聞之際。默默檢攝己心。於忽起忽滅時。隄防。馴致乎不識不知之際。尋其趣味。則萬般虛妄幻想。更無從起。

卽是起首慎獨工夫。直待俗緣頓息。神思漸清。收拾身心。退藏於密。卽歸中宮祖竅。從此勿復外馳。一味凝神定慮。養我本來一點靈光。常應常靜。如太虛之有容而無礙。乃可以深造無窮盡聖境也。此節工夫。或一二年。三年四年。積久益善。磨鍊過一番。方可入園修鍊。行下節工夫矣。

閔陽林曰。鍊已存誠。馭卽克已復禮心傳。原本說法浮游。未見工訣。且云與孔子克己復禮之意有別。定是訛舛。謹遵師命。改訂切實。至此節工法。專爲養開玄竅而設。學有體質利鈍之不齊。故有一二年。或三年四年。積久益善之切訓也。其下十一節。悉準先師纂定。較訂無訛。

### 築基培藥

學者既有前功。方可擇一靜地爲園室。遠避塵氛。供設

東華帝君 正陽帝君 純陽帝君 海蟾帝君 重陽帝君 紫陽張祖

杏林石祖 道光薛祖 泥丸陳祖 玉蟾白祖 以及

北派諸祖神位。

本支經籍度師。長燈香火祀之。日漸收拾身心。欲藏神炁。同歸中宮祖竅之中。存抱元

# 守一之訣。

閔小艮曰。謹按上品丹法。乃以身爲壇爐鼎竈者。今謂入園。又令設供列祖列宗。尙爲中下學人說法。令從洋洋如在。無形與聲之靜境。直造無無亦無地位。倘或中懈。藉以觸目警心。不敢廢撤。念復恒誠焉爾。上智之士。動與天俱自強不息。詩所謂上帝臨汝。敢貳爾心乎。

夫人之元性。卽是金丹。卽是大道。卽是無位真人。世人不明修鍊金丹。是修箇甚麼。所以到底無成。可憐無人指點。埋沒了多少有志氣的人。若知丹道之元神。卽是自己元性。是吾固有之物。借身中先天一氣點化。鍊成純陽之體。安有修鍊而無成者乎。王祖師云。本來元性喚金丹。四假爲爐鍊作團。是也。中宮祖竅。卽太上所謂玄牝之門。修鍊金丹。全在此竅。所謂守一而萬事畢者。此也。

閔小艮曰。謹按中宮祖竅。洵是玄牝之門。但此中字。須要認得真。不要認做有形有所。乃是不偏不倚。無過不及之中。故無方所。亦無內外。曰珠。曰黍米。又曰牟尼。舍利。金丹。太極。許多假名別號。皆在此中。取得。種得。鍊得。圓得。脫得。化得也。但此中宮。此祖竅。開之入之。端在克己功純。造至自然。以致虛極而靜篤。則已深入殼中矣。一失

虛靜。便墮竅外。惟隨機動靜。不雜己念。則自頭頭合道。蓋此一竅。道曰玄牝。竅卽儒之人禽。釋之魔佛。都在幾希之間。第此玄竅。左陽而右陰。故曰玄牝。則與人禽魔佛。究有異者。何以故。陽乃真陽。陰乃真陰。均屬先天。故可統曰玄竅。泥丸氏曰。機動則入玄。機靜則入牝。此乃自然之至道。然而修仙辨惑論。乃有念頭動處爲玄牝。斯議爲何。蓋自靜中觀動而言。是卽儒釋所謂人禽魔佛也歟。若夫金丹四百字序。乃曰。在人身中。莫向他求。故其正文有云。此竅非凡竅。乾坤共合成也。泥丸又曰。此是假法。然不於此處尋求。萬無得入之理。何以故。此一竅也。其大無外。其小無內。故爾粟米。能藏大千。能納三才也。得體各訓。紫陽所示。切且近矣。我祖泥丸慈示假法。旨哉。旨哉。三才都在玄竅之中。我身豈在玄竅外哉。我身既在竅中。我身祖竅。反在玄竅外乎。得故信從祖竅直入。隨而念絕情忘。以事之。果頭頭自在矣。不敢自祕。謹以告諸同志。惟願同志。息心體之。

在人身中。心下腎上。中餘一寸二分之中。此乃先天元始祖炁之竅。學者認清一條門路。方可修行進于大道。又須從形體上一一收攝。則元神方有正位可居。古人云。有一寶珠。閉在形山。殊不知此一寶珠。卽在六根門中。時時放大光明。人多不悟。所以虛生

浪死。吾今指出路頭。顯然明白。人身雖有六根。總從一根所發。機要惟是三元混一。四象合和。歸于虛無。使身心意不動。收攝我後天之神。歸於中宮。時時覺照。刻刻規中。存抱元守一工夫。久久純熟。精氣神全。立牝立基。能生真炁。化生真鉛。再究以下工訣。其功方應。此是天仙修證之妙機。得之者。立躋聖域。非具大智慧者。安得領悟此中玄奧哉。

閔小艮曰。此節所述。雖屬假法。若不假此作爲。學無進路。立關立奧。萬難得開。而開法不在有爲。乃在虛無不動四字。所謂門路。乃是一根。所謂作爲。乃是混一合和。與夫歸使收攝等字也。及既歸宮。蓋已透入立竅。是爲假法之初步。若夫時時覺照。乃是二步要訣。刻刻規中。乃是三步功法。學者遵此修持。而所持者抱元也。守一也。元者何。元始祖炁也。一者何。本來元性也。功夫久久。自造純熟。既造純熟。三寶乃全。而下不曰基立者。尙是立牝初立之始基。氣未化炁。元命未復也。迨至氣返化炁。真鉛始至。到得真鉛將至。即可從事下訣。學者務須體認。只此活子片晌。頓然鉛至汞應。遂爾凝結。全賴夫鍊己築基工足耳。太虛氏曰。陽生則陰應。理有不期自至者也。泥丸氏曰。不愁真陰不我應。只恐陽生未必真。學者可以悟矣。

前功嫻熟。然後體認存神入炁穴工夫。將眼耳鼻三者。皆收拾向裏。目不外視。耳不外聽。鼻不外臭。俾元神都歸於氣穴之中。自然呼吸調勻。綿綿若存。是培藥之真口訣。陳虛白云。垂簾塞兌。窒慾調息。離形去智。幾於坐忘。勸君終日默如愚。鍊成一顆如意珠。白玉蟾云。吾曾遇師真口訣。只要存神入氣穴。皆言築基口訣也。昔者明菴劉祖師云。下手立丹基。休將子午推。靜中纔一動。便是癸生時。此種語意。皆爲初入圓者而言也。所謂立丹基者。止言培藥時事。非謂採大藥也。休將子午推者。恐人疑於身中升降之子午周天。或疑是子時午時下工之事。故以休將兩字醒之。以別其用功之次第也。其所謂時者。卽入藥鏡所云。十二時意所到皆可爲之時也。何須拘定子午二時耶。靜中纔一動。所謂陰極陽生。虛極靜篤之際也。故其動也。便是癸生時也。祖師指破迷津。教人一見陽生。卽當採取。勿俟癸足機危。空勞神用。若至癸足而採。止是順時發生之陽氣。非大藥也。惟能於靜處一動便採者。斯爲萬物未生時之元陽。卽生天生地生人物之神母。卽先天一炁是也。

閔小艮曰。謹按下手之陽生。雖出自然。尙屬假法。故所生採。乃屬一身之陽。雖號先天。猶屬後天。卽如入藥鏡之陽生。雖非假法。而曰意到。尙屬因意而發。其所感發。尙

屬先天之後天。曰非大藥。辨析極精。泥丸有言曰。十二時中。機發於勃然者。是先天之炁。不可小視。人能及時而採得者。乃卽至寶。古哲得之。或形神未充者。用以修完。鄧鄂或修神室。黃房等等。是說也。屢經門下。陽林稟陳甚悉。凡我同志。可與參之。若夫真正子陽生。得大藥。亦非定論。太虛有言曰。相值應感。而體本虛極。時際靜篤者。則其得也無量。而所生也莫測。苟或未虛而靜。或僅虛未靜者。斷無得理。得故每與人言觀復之法。總不外乎致虛極。守靜篤。二句工訣。知此訣者。有幾人哉。得年已老。一旦歸空。訣不傳世。徒似無毛獅子。大吼無聲。不無遺憾。爰將此節所論時字。詳晰改明。並爲註釋於此。見者幸珍體之。

丹經曰。天得一以清。地得一以寧。人得一以長生。蓋此先天一炁。從虛無中來。又非虛空全無。謂守靜極於虛無。身居恍惚杳冥之中。混沌大定。神明自來。一靈常湛。是真先天。空而不空者也。

閔小艮曰。按此先天。非僅一身先天。直是太極之祖炁。並非是兩造虛實之炁。故能空而不空者也。愚按此先天一句。乃指太極之炁。又非一句。乃指三才流行之炁。今述功法。乃云致靜於虛。其旨甚玄。蓋虛爲體。靜爲功。非靜不能得。非靜於虛則得不

全也。余恐學人疑與前註功法相背。故特筆以釋之。至夫太極之祖炁。得可爲母。太極流行之炁。得則乳哺。皆屬大藥。而自有別者。蓋太極爲兩造所自生。而此祖炁。又太極所從出。得可結胎。故謂之母。流行之炁。乃太極內三才所發之炁也。在造物爲先天。在道爲後天。箇中清濁不齊。只可收作培養。故曰可作乳哺。中下之士。得此成胎。乃是幻影。非聖嬰。所以須行此後三篇工訣。爰爲辨別而詳述之。以明人品有不同。丹品有各別耳。

蓋壬爲陽水。是虛無清氣。癸爲陰水。是藥老成質。丹家喜陽而不喜陰。癸水爲丹道所忌。故眞陽所生。乃有氣無質。純陽之氣也。稍遲則生質矣。生質便爲癸水。重濁之物。豈能逆流而上升。此紫陽祖師有鉛遇癸生須急採。金逢望遠不堪嘗之口訣也。凡言癸生者。恐其生也。非喜其生也。勿錯認癸生爲陽生方妙。凡陽既生。便當以眞意攝入中宮。與離中眞陰會合。便龍虎交姤之初功也。

閔小艮曰。論丹道。喜陽而忌陰。所述洵屬不磨之定論。若爲養生而事。卽或過時。亦可勿棄。第別有工法。俟透巔後。惟一任散布周身。遂自忘形。以養氣。則涼趣到心。便化眞陰。暢於四肢。放歸百絡。滋潤筋節。亦屬培補色身之妙訣。惟切戒留宮變飲云。



爾太虛翁爲老年學道者言有此一說。謂與石杏林真人所云歸復法相似。少壯之士。斷勿安此可也。

丹經云。龍從火裏出。謂龍生於離中也。又云。虎向水中生。謂虎生於坎中也。作丹之法。其始也。以龍召於虎。其繼也。以虎而應於龍。當虛極靜篤之時。但將元神沉於炁穴。聽其自呼自吸。著不得一些作爲。及有意見功之心。務要悠揚自在。不可執著。反生不和。方合神用。日久之時。息不用調。自然充和。若要起身行動。必要閉目靜坐。聽其復歸舊穴。直待至靜而後起。切記切記。倘有不得已而起身。事過時。仍補前功。亦是斡旋之法。閔小艮曰。謹按其始云云。乃卽金丹四百字之以真土擒真鉛也。其繼云云。乃卽真鉛制真汞也。但將云云。乃卽鉛汞歸真土也。聽其云云。乃卽身心寂不動也。修丹工法。至要宗旨。已全備矣。學者未明龍虎。必須明師指點。方知是喻。未鍊時之心身也。此節口訣。在二聽字。一曰著不得。二曰及有意。戒之至也。曰務要。曰不可。曰反生。曰方合。何等叮咛。又恐求效心切。故又有日久云云。我輩讀書。志在明理。何可草草滑過。舉世學人。都犯此病。爰贅數言。謹以奉勸。願同志有則改之。無則加勉焉。古云。讀書具隻眼。不過精體焉爾。

自冬至前。先期下工四十九日。而一陽來復於五陰之下。以此先天一炁點化後天之神而成陽神。此世間稀有之法。其微妙豈易言哉。但築基時培藥。與採取大藥工夫。各有分別。不可一概混行。方爲明徹吾道者矣。

閔小艮曰。按此先期下工。乃卽行夫克己也。蓋修至道。必自啟竅。此竅不啓。工難越入。然非運行能啓。必藉克己。已淨念自無雜。而志始純一。志念克一。玄竅必自洞廠矣。我師太虛翁言之詳矣。然恐存有期效心者。茲故不得已述有四十九日之說。學宜自問。苟心未淨。何妨起自夏至乎。且何妨起自上一冬。冬至前乎。此卽第一篇積久益善之談。並非刻期定程者也。其培藥與採大藥工夫各別。前已註明。茲不復贅。第尙有一大疑竇。古今丹書罕述。是書亦不述及。不知誤了多少志士。得知不敢不辨。卽如白紫清祖師修仙辨惑論。凡吾門下。已爲家弦戶誦之書。無如誦皆滑過者。疑竇惟何。一採字也。不知身體者。但如走馬看花。字且不疑。更何必辨。若求體認者。謂有作爲。盲參瞎訪。因墮旁蹊。翻置此論於腦後。是可悲也。論不云乎。以身爲鉛。以心爲汞。以定爲水。以慧爲火。又曰。以精神魂魄意爲藥材。以行住坐臥爲火候。以清靜自然爲運用。及言鍊法。則曰。以身爲壇爐鼎竈。以心爲神室。以端坐習定爲採取。

以操持照顧爲行火。以作止爲進退。以斷續不專爲隄防。以運用爲抽添。以真炁薰蒸爲沐浴。以息念爲養火。以制伏身心爲野戰。以凝神聚炁爲守城。以忘機絕慮爲生殺。以念頭動處爲元牝。以打成一塊爲交結。以歸根復命爲丹成。以移神爲換鼎。以身外有身爲脫胎。以返本還源爲真宗。以打破虛空爲了當。何等明顯。是採取只在端坐習定。此疑不解。致有南轅北轍之誤。畢世無成。委諸福薄而廢。大可哀也。願諸同志。先體培字。乘雖有三。採取工訣。並無二說也。一得又白。

### 坎離交媾

修真之士。築基有效。不可懈弛。仍照前調鼻息。緘舌氣。凝耳韻。閉穀道。四象和合。歸於虛無。務使身心不動。收後天之神。歸於真人呼吸處。守之勿失。與炁交合。自然虛極靜篤。忽覺海底蠕蠕而光透。渾似一鉤新月。掛於西南之鄉。如初三日月出庚方。此金氣初現也。坎中有一點熱氣上沖。心主以意順下。由黃道穿尾閭。經夾脊透玉枕入泥丸。遊九宮。自上腭而下。溫溫然如滴水之狀。香似醍醐。味如甘露。目送於虛。意迎於無。自歸鼎內。此坎離交媾之妙也。

閔小艮曰。此歸復法。卽胎息入手工法。言到虛極靜篤後。則有光透簾幃。似有一鉤

新月云云。成說如此。未必盡然。蓋有或現如粟如珠者。而現總在腹。曰坤位。曰庚方。不過發明金氣初現耳。謂有一點熱氣沖心。亦非定說。第須以意順下。至如原本穿尾閭。由黃道。過玉枕。則大謬。定屬錯脫。得故改以由黃道。穿尾閭。再加經夾脊。透玉枕。入泥丸字樣。蓋按人身有三道。曰黑。曰赤。曰黃。黃道。循腎前臍後中縫直升。是由脊前心後中縫。直透泥丸者。赤道。則由絳逆循。會黑附黃。順升抵鎖。復又會黑附黃而歸絳。黑道。由海會赤。附黃逆循。穿閭而透枕。復由鎖位。會赤附黃。循額抵池。順下絳宮。復歸於海。三道蹊徑如此。而其得名之由。世鮮知之。其實身心意三寶是也。心屬乾。乾之本位在離。其色赤。故名赤道。實卽我身任脈也。任性炎上。學必使之下降。身屬坤。坤之本位在坎。其色黑。故曰黑道。實卽我身督脈也。督性潤下。學必使之上升。此之謂顛倒陰陽。蓋以督陽而任陰也。曰督曰任者。義取乾健坤順焉爾。意屬土。其色黃。故曰黃道。成說則如此。箇中玄義。亦難盡說。卽如經以赤黑曰人道。而以黃曰仙道。其旨所在。何可勿悉。得門下陽林體釋金丹四百字。甚爲詳晰。其釋曰。坎者。身也。離者。心也。坎離基者。意也。坎在先天。居西爲魄。至後天居北。是魄已流而爲精。今統先後天混精魄爲一家者。身也。離在先天。居東爲魂。至後天居南。是魂已顯而

爲神。今統先後天渾神魂爲一家者。心也。惟土居中央。會合四象。實爲先後天坎離之基。未嘗因先後天而變其所者。意也。上士舉意宅身以收心。使身心意三者渾歸一處。不貳不息。鞠養成真。以致盛大而能生物。豈非萬物已備於我。三界歸於一身耶。其釋如此。舉以會體三道。了如指掌。呂祖曰。欲修仙道。先盡人道。人道不修。仙道遠矣。泥丸氏曰。仙道人道。不外一身。世人誤會身外尋繹。無從著手。蓋昧赤黑爲人。人淨返白。乃可歸黃之義。太虛氏曰。丹道聖功。不外還返。得體赤黑發乎離坎。學事還返。必自離坎淘洗。務要後盡返先。凡自化聖也。而世學通病。在於欲速。每每躡等取進。致有鬧黃驚疑之失。余於天仙心傳註中。詳述矣。同志取以參之。知余非得已而故創此說也。此本頗有精義。信爲丹道家難得之作。無如輾轉傳錄。致有字錯句脫之訛。得不改正。必有鬧黃等弊。關係非細。茲雖訂正。不爲詳述精義。後學尙難循行。或因此阻功。不可不慮。並將過玉枕過字。改作透字。以此玉枕一關。竅小而骨堅。一名鐵壁。學者後凡未化。若任踰越而降。必致鬧黃之害。小則腦脹。大則傷腦。其禍猶烈。不可不知。其下文目送意迎云者。乃收拾心目。同歸虛無也。其下篇鼎字。乃指正位凝命。勿遽誤會頭腦爲乾鼎可也。此爲胎息入手工法。然已不可輕視。苟不慮

極靜篤。胎息斷不能得也。長春邱祖之小周天。正是此節所述。只是真常不貳。心息相依焉爾。

小艮又曰。以上三篇。皆準原本。依文改訂。均屬正傳無誤。以下尙有九篇。曰採藥歸鼎。曰周天火候。曰乾坤交媾。曰十月養胎。曰移神換鼎。曰乳哺三年。曰鍊神還虛。曰鍊虛合道。曰待詔飛昇。大都曲說支離。俱屬中下二品。勛兩卦爻。並雜以數息。嚙津諸說。全非上品工夫。與此書題不稱。係爲盲販串混。得閱再四。不禁心目渾搖。如是三晝夜。眠食幾廢。至孟冬十有四日。晨坐心動。執筆直書。不知機從何來。就題另述。去其乳哺三年。易以泥丸養慧。去其待詔飛昇。易以與道合真。共完九篇。掃去一切支離。直標正道。此卽我師太虛翁所謂人同心同之妙契也夫。其原本九篇。不復並陳。恐礙學人心目。讀者諒之可也。

### 採藥歸鼎

既得坎離交媾。已自身心混合。特未妙合而凝。此時目送意迎之際。仍以致虛爲體。守靜爲功。不計時刻。造至虛極靜篤。漸歸杳冥混沌。自然淵默之際。頓起雷聲。中似裂帛。卽是天根機動。登時丹田火熱。兩腎湯煎。得此證候。卽自全身頓於海底。目送轉閱。意

遶上透三關。轟轟龍雷如火直上雲衢。旋覺潏然。翕聚泥丸。卽是月窟風生。隨覺眉間內湧圓光。不知不覺。經由鵲橋而下重樓。第覺味如冰片之美。薄荷之涼。沁入心脾。卽是絳宮月明。旋即送歸土釜。是爲採藥歸還。曰鼎者。易象之卦名也。卽先哲丹訣內所謂一時辰內。二候得藥。還復默運周天火候。是謂四候封固。然所得者。謂之玉液還丹。無形而尙有形可象者。紫陽真人所謂。取將坎位中心實。點破離中腹內陰。又曰。一粒復一粒。從微而至著。卽此購料貯材之法訣也。

閔小艮曰。此鍊取谷神之法。卽是取坎填離。謂取後天之坎。填滿後天之離。以復完先天乾坤本位是也。

### 周天火候

薛祖師曰。月之圓存乎口訣。時之予妙在心傳。又曰。周天息數微微數。玉漏聲寒滴滴符。此卽口口相傳之周天火候也。是以翠虛真人云。萬籟風初起。千山月正圓。急須行正令。便可運周天。此述石祖師之句。以徵薛祖師之口訣。教人行功於自然符合之密旨也。衡陽子以謂凡鍊丹。隨正子時陽氣起火。則火力全。他時不然。蓋夜半正子時。太陽在北方。正人身氣到尾閭關節。此時起火。又正值身中陰極陽生之候。以天地間之

正子時。值人身之活子時。一齊發動。則內外相合。方是天人合發妙機。得以全盜天地之造化而成丹。其說甚明。頗爲的確。雖得者不必盡然。尙堪以疏薛祖師心傳妙訣。第其所論周天之數。謂在自子至巳。陽時六位。應乾之策。共得二百一十六數。內除卯陽三十六數。應沐浴息火不用。實行一百八十數。其在自午至亥陰時六位。應坤之策。共得一百四十四數。內除酉陰二十四數。應沐浴停符不用。實行一百二十數。合成三百息。連沐浴總計之。合成三百六十息。閏餘尙有二十四數。卽爲三百八十四息。以釋周天息數微微數之句。固爲親切詳明。但將此息數。教人於行工之際。留心數計。則進火已嫌太旺而煩雜。其退符必至紊擾而失調。何異治絲而棼之。不與白紫清行火進退抽添沐浴之說異耶。要知薛祖師說了周天息數微微數一句。隨說玉漏聲寒滴滴符一句。以醒學人下手功訣。原教人喻息數於平時。準周天而神運。白紫清謂以清靜自然爲運用者。是也。張紫陽所謂火候不用時。冬至不在子。及其沐浴法。卯酉時虛比。是也。故將原本圖說。以及鼻吸吞嚥掐掌輪位。種種瑣碎字句。全行刪削。免得障人心目。只期學者工夫到此。但將微微滴滴字樣。默會循行。自然意無滲漏。只覺心息相依。息調心靜。卽是玉液還丹告成之候矣。薛祖師又曰。聖人傳藥不傳火。從來火候少人



知。莫將火候爲兒戲。須共神仙仔細推。是可知不傳火者。正恐學人習用其說。而有礙於火候。故又曰。莫爲兒戲。須共細推。學人要知道藥。卽是火。火卽是藥。自身心旣交而採取。則謂之藥。身心旣妙合以凝。而刻意保合太和。則謂之火。豈可以吸天風。吞地液。招掌輪位。逐宮運行。以爲運周天之火候。幾同於唱籌量沙。撓亂真意。竟犯火候爲兒戲之戒耶。吾宗學士。須明辨之。

閔小良曰。世至中古。已鮮真陽不破之身。是以立有坎離交媾。採藥歸鼎。周天火候。三篇工訣。是爲玉液還丹。只是補還後天破漏之陽精陽氣陽神。復與童身一般而已。若有妙齡聞道。卽肯下手。但先鍊己築基。卽可乾坤交媾。自是最上一乘。實爲上品直截丹法。世無其人。不得不於上品丹法之中。插此中品丹訣三篇。以補後天之虧缺。方與童真一體。乃可從事下文乾坤交媾工法也。若原本所載。顯是下品丹法。必非衡陽原筆。茲故刪去不存。一得謹識。

### 乾坤交媾

自上三篇工法。言坎離旣交而成藥。採藥歸鼎以行火。行到周天滿足。則先天乾坤之位已定。從此絕不可從形相推求。仍自虛其心。以致虛之極。實其腹。以守靜之篤。誠於

中。以自觀其復。自得凝然大定。純粹以精。勃然機發。頓失我與天地現存形相。第覺虛靈朗耀。無際無邊。一覺急收。登時冥息。卽自入於竅中。混混冥冥。不識不知。無聲無臭。斯爲大開玄關。深入一竅。頃久一點自落黃庭。纔是先天氣復。自然周流六虛。方知此身原是增爐鼎竈。心爲神室。我處其中。只是一個真意。覺得氣爽神清。身和心暢。天地日月。仍軟如綿。是謂金液還丹。只覺圓陀光燦。渾如元珠之在晶盤。其實無形無象。聖人所云虛靈獨露是也。先師所謂乾坤混合。完我太極者。是也。學士此際。更宜慎守精微。以此洗心退藏於密。無思無爲。自然虛而不屈。法爲十月養胎。白紫清曰。片晌凝結。十月胎圓。既無卦爻。亦無觔兩。其法簡易。惟上士可以學之。甚易成者。此也。

### 十月養胎

前者靈丹既歸神室。古人所謂丹竈河車休矻矻。鶴胎龜息自綿綿之候。王重陽曰。聖胎既凝。養以文火。安神定息。任其自然。正陽老祖云。不須行火候。爐裏自溫溫。杏林祖師曰。鍊氣徒施力。存神枉用功。豈知丹訣妙。鎮日玩真空。以上皆是養胎真口訣。蓋以前雖得大藥。五彩並現。時人便謂之結胎。然未經變化也。是以仙師曰。丹田有寶非眞寶。重結靈胎是聖胎。得丹之後。爲十月養胎之始。此後當刻刻操持。時時照顧。如龍養

珠如雞抱卵。煖氣不絕。始得靈胎日漸堅固。一意溫和不爲主。念不可起。念起則火炎。意不可散。意散則火冷。第令無過不及。惟以爐裏溫溫爲是。別無他法也。若有作爲。危險立至。慎之哉。慎之哉。十個月工夫。自始至終。須得猶如一日。時時全此七情未發之中。刻刻保此八識未染之體。方謂修之鍊之。而得以神全胎化也。如遇丹火發熱。存兩眉間。有一黑毬。如碗大。收攝入於神室。其熱自退。不可不知。

### 移神換鼎

十月養胎之工既畢。則氣足神全。嬰兒現相。既出其胞。便可移神而換鼎。長春邱祖以爲卽由中宮。直升上黃。上黃曰泥丸。又曰天谷。人身至清之境也。按此嬰兒。全是先天凝結。並非凡精凡氣。凡神隱現隨心。金鐵能透。毫無透迹得體。曰胎。曰嬰。喻義而已。薛祖故云。太上心傳。存若嬰兒者。言須養若嬰兒。乃是假實證虛之慈旨。然而端陽有言。法身已凝。神更宜定。故有天谷之移居。非第取其清。乃法自然。世昧其旨。故有出入隱現。學者仍自寂定。正位居體。不爲魂魄眩惑。而中外清明。蕭紫虛云。移神天谷。正以鍊性。方其三花聚頂。五炁會元。直有一刻萬變之擾。而能端拱無爲者。慧以鎮之。乃有機到自寂之驗。然而學鮮保安者。每爲丹家述有陽神現形之神說。以擾之爾。薛祖故曰。

大道無形。有何形相。大道無名。有何靈聖。種種名號。無上神說。無非卽此明彼。是卽假幻成真妙用。而其致極之神功。全在移神天谷時鍊之。無如此種玄旨。世失其傳久矣。後學得之。慎毋視性學理論。與命無干。不知紫磨金身。卽是虛無一炁之所凝現爾。故能欲隱而立釋。欲現而立彰。薛祖又曰。箇中玄義。有能體會於大動大靜間者。乃可心領。莫雜擬議。凜之慎之。

### 泥丸養慧

泥丸爲一身之天谷。猶斗之有北極。世之有天鎮。天之有玉清天也。學旣神移天谷。別無工法。一雜作爲。立墮幻妄。先哲言之詳矣。法惟冥心而寂定者。蓋以人尙寓形在世。眞我未化。眞神未全。未能如星斗之歸其有極。更未能如諸天之三境同清。且猶與天鎮未能合一也。天鎮無我。我尙有我。天上鎮星。爲大塊眞金所結。塊而非塊。故能一順天心。隨生隨化。我人學鍊金丹。全憑我之眞我法身。眞神凝結。旣得大造精一點化。上棲天谷。決應法鎮以順天也。鎮能普照三才。我亦普照三才。第我只照一身之三才。苟不內外消忘。自在無我。何能貫徹三界。隨地順天。動靜一如。聚散不貳。此固非無神慧者。所可冀及。亦斷非專恃神慧者。所能永保也。薛祖故曰。純陽有云。法天象地。談何容

易。不假虛極靜篤。萬難居塵出塵。然而得致之者。端在入塵磨鍊。所謂靜以養慧。動以鍊慧也。杏林註曰。但恐識不破。搬不下。故須加鍊。愚按鍊法。止不外一誠字。誠者。非自成己而已也。所以成物也。是故誠于靜者。神自明。誠于動者。性自澈。性澈而神自大定。天下無搬不下之凡情。神明而性自圓通。天下無識不破之物理。此真物格知致而意以誠。其心之正。身之修。有不期然而然。如響斯應者。乃爲養慧鍊慧之真祕密訣。其中不可以知知。不可以識識。并不可以神神。惟安定我不神之所以神。卽造自誠而明之本性也。有命也。君子不徒爲性也。是卽鍊神之工用。進造還虛。基在是矣。

### 鍊神還虛

前乃定能生慧。歟卽靜極而動。有虛而不屈。動而愈出之妙。得大智慧。具大神通。但使常動而不還。則慧何能保。而神何能不疲。祖師故又有鍊神還虛之訣。其訣卽於羣動之中。獨抱靜觀自得之趣。存此身世至廣至大。箇中氣機隱現無常。皆我一體。觀彼凡夫身處其中。渺如一粟。與世浮沉。我則獨體真常。物來順應。既不忤物。亦不廢物。凡夫七情八識之隱隱現現。無非梵炁之彌羅。我獨擅我浩浩元精。融化得虛空粉碎。第覺物我一貫。咸乘六氣而周流。凡聖同天。更無形神之分別。寄平地成天之符命于帝主。

而我不宰其權。任存神過化之應。感於氣機。而我不期其效。一如日月之容光必照。而日月無容心。斯能亘古今而常明。歷萬劫而不散。曰鍊曰還。如是而已。謂曰鍊還。仍假法也。善還虛者。一如得魚而忘筌焉。可也。

### 鍊虛合道

前曰還虛。已到物我無間地位。尚有物我之見存焉。此見不除。克己未盡。必須百尺竿頭。更進一步。祖師尚有鍊虛合道一訣。得之方能與道合真。蓋以此世此身。終屬幻影。可見可聞。若不破此虛空。仍存此實彼虛。此虛彼實之邪見。此見不除。終難保無薄蝕之患。一遇世緣忤犯。復墮擾攘塵寰。憧憧往來。朋從爾思。何能絕念忘情哉。法惟真幻兩忘。一任自然。乃自合道。謂曰鍊者。只有打破虛空一句。登時道合自然。夫此道也。譬如閭浮之通衢大路。萬物並由之。所謂周道如砥。其直如矢。只患目不明。足不健。志不專。何患造詣之不抵其極哉。無如世失其道。而中無隻眼。兼被邪師盲販。妄指蹊徑。妄予拄杖。甚有南轅而北轍者。太上憫之。復生衡陽李公。述此金丹節次工夫。而又爲道販竊真雜僞。欺世營私。殊不知此道之在人心。不分三教。不問何宗。大家有不可磨滅之良知良能。直貫乎太上之心傳。衡陽系出南宗。得叨嗣北宗。同屬呂祖門下。師本一

家言豈有異。遭觀此書。惜其真贋錯雜。爲之補綴成編。宛如一室寤言。同聲相應。卽擬惠諸後學。以副同氣之相求。惟願後之學者。得此心傳。毫無假名托喻之疑。又無勞神苦形之迹。一心靜定。直見本來。一念不生。輪迴便息。塵沙惡業。隨念消除。等與羣生。同清靜果。何等直捷。何等快活。更何所憚而不肯直下承當耶。功造其極。自能全受全歸。黃帝失珠得珠。曾子啓手啓足。皆了此鍊虛一著。完成之候也。三教門人。當共可以恍然喻矣。

### 與道合真

工至鍊虛合道。更無功力可施。衡其學力。已際聖人知命耳順之等級。惟期於語默動靜之間。治練純熟。則事不勉而中。念念不思而得。從容中道。自世人觀之。但見語卽成爻。默則成象。動與天俱。靜與天游。自然八百功圓。三千行滿。如仲尼之從心所欲。堯舜之從欲以治。孟子所謂天民。釋氏所謂大乘金仙。吾宗所謂上品天仙。用行於世。而國治天下平。動而世爲天下道。行而世爲天下法。言而世爲天下則。遠之則有望。近之則不厭。神証太虛。則無不持載。無不覆幬。並育萬物而不害。周流六虛而不宰。與天地同其闔闢循環。不與天地同其缺陷休戚。吾師所謂羲皇齊驅。元始比肩。其實與羲皇

元始。渾化於無垠矣。原本此篇。題名待詔飛昇。云於此際。必須積功累行。以待天詔下降。鸞鶴來迎。飛昇沖舉等語。是渺小見解。仍爲中下二品丹成之効。未足以証上品丹法。故并改之。學者幸毋疑焉。可也。



## 管窺編

小艮曰余聞之師曰。讀書貴體味。尤貴具隻眼。今味其摘述修仙辨惑論曰。天仙之道。至簡至易。而曰上士可以學之何也。蓋本老子上士聞道。勤而行之意也。夫所謂上士者。其稟也純。其志也一。物欲不能蔽其性。利害不能動其中。能常置其心於無何有之鄉。而屢攝其身於雖死猶生之境。故自百折不回。守行其混然無二之功。此其所以可學也歟。不然。以身爲鉛。以心爲汞。以定爲水。以慧爲火。其法簡易。何等直捷。不有卦爻。又無斤兩。雖有智巧。無所用之。則凡至愚至蠢。亦可舉而學之矣。要知斯道也。成惟仗夫慧力。故曰上士可以學之。

其以身也。比之鉛。其以心也。比之汞。精哉斯喻也。夫鉛得汞合。則鉛柔。汞得鉛合。則汞死。以之喻夫身心。身心合併。則有治驗焉。蓋身得心守。則身煖。心得身依。則心安。身煖心安。則修有把握。不覺其勞。此真是下手第一著妙訣。而又是徹始徹終不捨之恒法。久而久之。始得形神俱妙。與道合真也。

若夫以定爲水。以慧爲火。祇是兩種作用。而水火在其中矣。其定也。萬籟皆空。湛然常

寂者是。其慧也。念起。卽除。無微不燭者是。

至夫以身爲壇爐鼎竈。以心爲神室。其旨玄矣。若以此身爲色身歟。則壇爐鼎竈。如何安置。循而行之。不流於地仙。則鄰於水仙矣。若以此身爲非色身歟。則壇爐鼎竈。又將外設。循而行之。不流於外道。則鄰於爐火矣。況明示之曰身。則非外設也。蓋所謂壇爐鼎竈者。喻詞也。其身則法身。所謂法身者。是色身而非色身。非色身而卽色身。視之而不見。聽之而不聞。故謂可以見見者非。可以聞聞者非。其必冥其聞聞而聞。冥其見見而見。斯眞法身矣。然則此說之心。可舉而爲神室者。其非汞喻之心也明矣。然則斯心也。何心也。其卽儒之仁心。釋之佛心。吾道謂之天心是也。亦當冥其見見聞聞。而始得見得聞也。其大無外。其小無內。混濔穆焉。造次不可離。顛沛不可失也。故曰煉丹之要云。

進而味其言採取也。曰端坐。曰習定。言行火也。曰操持。曰照顧。言進退也。曰作。曰止。言提防也。曰斷續。曰不專。言抽添也。曰運用。其言運用也。曰清靜自然。於火候也。則曰行止坐臥。於藥材也。則曰精神魂魄意。他若言以眞氣薰蒸爲沐浴。息念爲養火。制伏身心爲野戰。凝神聚炁爲守城。忘機絕慮爲生殺。念頭動處爲玄牝。打成一片爲交結。歸

根復命爲丹成。移神爲換鼎。身外有身爲脫胎。返本還源爲真空。打破虛空爲了當。若是而示。真所謂和盤托出者矣。遇而不行。行不勤。終成下鬼。惜哉。

小良曰。聞之師上所錄。固已和盤托出矣。而究宜摘味其旨。斯不負聖師宣示之慈衷焉。

其曰端坐習定者。蓋先具恭敬之心。如迎大賓然。則不落昏迷之境。其間調心閉息之功。諒必周致。一旦人法雙忘。此之謂定。繼或念起。復加放下。如是起。如是復。一而再。再而三。此之謂習定。

其曰操持照顧者。其義有四。而其用也惟二。四者何。操貼行。持貼止。照貼坐。顧貼臥。凡人於行動之際。心易外馳。於無事之時。心易怠忽。於靜坐之際。心易昏迷。於倦臥之時。心易遺忘。故聖師標示惟周。二者何。操持之功。乃須用力。惟於神安下極之際。有求援於中上處。斯須用此二字。至夫照顧之功。乃不用力者。宜用於神。極上極之際。斯爲得法云。

其於進退也。曰作。曰止。然此作止二字。莫作用工停工二義解。乃指進陽火。退陰符而說。所謂作者。行進陽火之義。止者。止退陰符之義也。所謂進火者。非進呼吸之氣。乃於

息、調、之、後、降、存、之、時、久、有、如、閉、息、作、用、然、所、謂、退、陰、符、者、微、以、意、向、後、一、退、而、我、卽、從、事、於、萬、緣、放、下、之、功、耳、

其、於、提、防、也、則、云、斷、續、不、專、此、卽、所、謂、斷、者、續、之、不、則、專、之、是、乃、隄、防、之、義、云、耳、蓋、指、因、爲、事、阻、而、斷、則、云、續、也、若、因、帶、行、他、功、而、疏、其、功、焉、則、捨、去、他、功、而、仍、專、於、一、乃、爲、不、則、專、之、之、義、云、

若、夫、曰、以、運、用、爲、抽、添、則、卽、從、其、前、說、所、云、清、靜、自、然、爲、運、用、句、兩、相、證、註、卽、朗、然、矣、至、如、沐、浴、養、火、等、等、口、訣、卽、依、文、直、行、可、無、他、慮、者、故、不、必、贅、註、云、惟、夫、末、後、念、中、無、念、句、大、須、體、貼、蓋、指、夫、凝、神、靜、定、等、功、全、仗、真、念、所、謂、真、念、者、卽、夫、操、持、照、顧、之、真、念、焉、云、

# 泄天機

神人泥丸李翁口授

無名氏述 閱一得重纂

## 金液大還直指

至道藥物。固是三才。而生成妙義。不外二五。凡人下手。總以神充氣足入門。神充氣足。真精乃生。真精發生。氣神乃保。蓋以精竭則神飛。神亡則氣散。而氣自心生。精由身出。識此妙義。還返聖功。不過身心混化。則此生成至道。不外乎此。泥丸氏曰。氣屬天。精屬地。神則屬人。蓋以人稟二五之精而成。則人即天地。天地即人。故完天地之道。法天象地。不外一我。其法惟何。心如天之清。身如地之寧。克清克寧。即天即地矣。從而大還。學造自然而已。造極之訣。不外至誠無息焉爾。其得無息者。學承二五之精故。故爾泥丸氏曰。學惟至誠無息。乃得金液大還。然非自內自外。先哲謂自虛無是也。蓋言道本至虛。體本至無。則知金液大還。還自道體也。學循道體。是即太上所謂識得一萬事畢也。夫。

小艮氏曰。謹按是書。書名篇目。洵出神人口授。及體其文。決非口述原本。定經後人

參雜。故都玉石錯砌。不以增刪。悞後非細。爰纂神人口授太虛誠齋玄論。成章於左。惜未經證先哲。錄以待證。高明云。閱一得謹序并識。

築基全憑橐籥

凡人神生於精。精生於氣。五氣融充。發爲營衛。補益陰陽。化爲精髓。然或體流則精泄。若人不知保惜道體。則精流而髓從。漸漸耗竭矣。凡今世人。無不下手於既破之後。則其下手也。必先立基。其立基也。必自調心。始心調氣和。則可冀造真息。真息也者。蓋卽南華之踵息。泥丸謂爲胎息之由。而藉意引。未造自然。一成胎息。則直與天地合德。而中無容心處。呼則隨呼。吸則隨吸。一如橐籥。吸吸呼呼。循環不息。是謂真息。真息既調。意到卽現。闔開自如。不假意念。只須依法開接。上下鵲橋。微以胸膈撐開。將心中之氣。降下少腹。存於坤宮中極。謂之虛心。實腹。兩手將腎莖並陰囊。兜捧使熱。若舉更妙。令我之陽氣發露。則天地之陽氣方應。得招攝而入我身中也。切不可著意於彼。撥動慾念。慾火一熾。原陽亂動。反被天地消受我身陽氣而去矣。故爾只要心息相依而已。泥丸氏曰。學於此際。用意存養。且須聽降禁升。這到丹田火熾。兩腎湯煎。約經九息。乃以意引穿間後透。自得五龍捧聖之驗。然有破脊燒關。撒壁入腦。聲勢切戒。驚惶而忽洞。

府警啟。得有聞所未聞。見所未見。尤戒。眷戀。寂守久之。但覺下降。得有甘露。涕洒。嘯不勝。嘯。由重樓達絳闕。加得涼趣。襲心安泰。難狀。遲忽墜下。變若湯傾。而覺遍體中和。功造此後。人道盡矣。續事仙道。可無躡等之弊。仙道維何。乃於陽生之際。法用天目。照於陰。驕。但隨真息。闔闔微微吸動。陰驕隨息起伏。行造若亡。自覺尾閭之前。啟有靈竅。現覺竅內颼颼然。如磁吸針。天地之真氣。入於陰驕。升從脊前心後夾縫中。直達泥丸。學須存留。約至三五息。聽下華池。降由重樓下。闕下丹田兩地。均須存留。約有三五息。又至陰驕。吸接後息所入之氣。而須大存九息。始聽上升。此後行持。一聽自然。蓋已得寓升降於闔闔之中也。泥丸氏曰。如是行持。不計遍數。造至循環無端。迨到二氣相停。惟覺遍身融暢。然其初得。或有四肢若山石。而身若木墩者。乃我身中伏陰之氣。見此陽氣攻擊欲去。故有此沉重幽爽之狀。片晌陰盡。清快難名。向後每一行持。火足身輕。神悅美好之景。日進日增。元陽漸茂。元氣沖和。化身中陰垢而爲元和之精。化心中凡焰而爲真一之氣。髓固精凝。永無滲漏妄泄之患。基址堅實。丹家外戶具矣。是云身不動也。然身不動之義。不但精固。卽涕汗津液七般俱無。卽見可欲而不動。且經所謂精足不思淫。皆主身不動而言也。

閔小艮曰。丹家理氣。原有三道。曰赤。曰黑。曰黃。赤乃任脈。道在前。心氣所由之路。心色赤。故曰赤道。而赤性炎上。法必制之使降。則心涼而腎煖。黑乃督脈。道在後。腎氣所由之路。腎色黑。故曰黑道。而黑性潤下。法必制之使升。則髓運而神安。原斯二道。精氣所由出。人物類以生存者。法故標曰人道。丹家醫家詳述如此。黃乃黃中。道介赤黑中縫。位在脊前心後。而德統二氣。爲闔闢中主。境則極虛而寂。故所經駐。只容先天。凡夫仙胎之結之圓。皆在斯境。雖有三田之別。實則一貫。法故標曰仙道。然爲先哲寶祕。故爾丹書充棟。鮮敢備述。周秦迄明。法皆口授。而受必三更盟授。先師太虛翁曰。授而筆之書者。始自蓬頭尹氏。我師泥丸神人也。然亦不過略示端倪者。蓋以心性未明。後凡體踞。而質稟好奇且躁。兼之世多外道。總以聞見開導。此與道體顯背。何論其他。得今肅讀是篇。抹煞赤黑。逕述黃中。天機仍未直泄。得何敢隱。不爲補述。辜負神人。爰爲補述成章。見者諒之。金蓋山人小艮氏閔一得謹識。

煉已須用真鉛。金水鑄劍採先天。

己者土也。土者意也。卽至誠無妄真意是也。心屬火。妄想情慾。皆屬後天。熾灼奔馳。難以遏滅。必得先天水中真金元陽真精一點。方能絕其凡焰。變成真意。丹家所謂黃中



黃庭。而又謂之金鼎神室。故能有方無方。無體而體者。按前築基之始。已備煉己。而有相須妙用。但前以汞投鉛。煉鉛產金。在人身爲煉形。資養真精。至此節方是以鉛投汞。水火既濟。在人身爲煉精化氣。而成金丹神室也。祕訣在陽舉之時。卽活子時。急宜採取。然活子時。亦有先天後天之不同。悟真所謂兩般作用是也。若見可欲。有觸動念起者。乃後天人心。從慾念至者也。此時只用追攝法。上下關按。定安體靜心。垂簾下照陰。蹻轉尾上升。鼓動橐籥。逕透虛空。則其念自滅。其慾自熄。此雖陽氣內帶慾火。倘住泥丸。而無點化之法。則後來積聚數滿。必致噴頂坐化。救法須用天目自繞泥丸。用意左旋三十六轉。右旋二十四轉。少停。則此陽氣亦自化爲寒泉而下入絳宮。并卽散歸脈絡矣。靜坐片時。亦得小補。若乃先天活子時。或半夜子時。或丑寅時。靜極生陽。身中凡陽真氣。應天地之陽氣而發。不由情念氣觸而生。乃天心真一元陽之氣也。然此時有經有度。不得太過不及。不及則火未極而金不現。若採之。乃火也。則藥銷燂而無用。太過則金化水而成質。若採之。乃水也。穢濁而害事。故經曰。鉛遇癸生須急採。金逢望遠不堪嘗。須以識金水平分。冬至子半。天心無改。萬物未生之際。其陽堅極。陰蹻與尾間有蟲蟻蠕動之狀。乃其候也。急用手訣。緩提穀道。並提小便。鼓動橐籥。則吾身之真氣。

遂引天地之陽氣。從尾間騰騰而入。隨橐籥巽風。升上泥丸。定觀不動。則斯陰陽二氣。化爲玉露。下灑絳宮。此液一點。凡焰全消。而元氣出現。與之相交。入於黃中。結成一塊。死硃。稱之爲己也。然經曰。分明一味水中金。則知丹家始終。只此一物一事。按前止言。橐籥至此。煉鉛金。生真精。言產鉛金中之水。用以制火爲土也。而功夫尙屬操持。故稱煉己。煉己以後。則真土已就。乃採天地之氣。化土生金。而成乾陽金液之丹。此藥所以有淺深。而各以境殊也。

得藥方施烹煉。抽添火候不忒。方爲陸地神仙。

烹者。陽烹。煉者。陰煉。得藥必在活子。乃身中一陽來復之時。二候所得之大藥也。自下手築基煉己。俱有採藥之功。此又重出發明者。前之採藥。爲修鼎爐。今之採煉。用成還丹也。必俟夜半清靜之子。天機自動。外陽舉時。謂之天人合發。未可便採。還須用意助之。謂之進陽火。直至龜眼圓。睜龍身直豎。正是火候。只用意。目普照下田。意乃真意。目則天目也。嗣必田現黍珠。內外二氣。覺相引從。從微至著。自覺真氣愈吸愈來。關竅之間。如蟻蠕動。胸腹頸背。真光隱現。此是真金氣滿。天癸正生之時也。急須採之。乃用武火。提小便。攝穀道。掀少腹。開橐籥。少頃。便覺此藥。自化真氣。隨卽用意後導。自必騰騰。

升透。乃是由督達腦。抵鎖而止。鎖乃人鎖。頂骨是也。此骨成自落地以後。一身生炁。升成之物。上應天鎖。天鎖也者。五星之中星。大地精華升結之星。辰位天罡之主。光照則生。光注則化。照乃普照。注則入注。造化賴以生成。至人假以結蛻者。今則假以會罡。合任而前降。乃由天目分經。池柱下停絳闕。池則上池。人口是也。柱乃鼻柱。山根是也。法於抵鎖。卽腦迎星。星乃天鎖。迎以化凡而返先。至要要用。故必數之九息。非有留戀而然。蓋俟元陽氣化甘露。分隨罡鎖。霈下池闕。此一露也。清涼香美。玄用無窮。而其歸隨罡鎖。更有玄義。泥丸氏曰。有形之露。隨罡點闕。無形之露。隨鎖歸黃。故凡露由鵲橋下停絳闕者。概藉口嚥。乃得經樓抵闕。而有陰陽清濁之別。至人於此。乃以陰濁存化。血液流行脈絡。以其清陽融落中黃。與我元氣交接。隨同真意。卽於中宮。左上右下。自小至大。順運三十六轉。又於右膀。右上左下。自大至小。逆旋二十四轉。止於中宮之中。謂之卯酉周天。靜坐片時。或起或睡。任意施事。不必追尋。落在何處。住於何地。惟覺融化於虛靜不著之中。亦爲神息胞胎真氣之實際。方其得藥升降。定覺周身暢美。切忌貪著。一或染著。立變凡後。爲禍非細。法於事後。只守真息。浮游規中。不得外求。如此日探日煉。至於爻滿銖盈。三田充足。兩腎湯煖。氣海火熾。玉液浮空。大藥將生。卽須入園候。

結產嬰。以臻天仙大道。謹祕謹祕。

再求大藥證金仙。火候修持九轉。

大藥者。金液大還。天仙之大藥也。卽悟真所謂學仙須是學天仙。惟有金丹最的端是也。前藥乃外真鉛。是謂外金丹。又名玉液還丹。地仙之藥物也。玉液既滿。急宜入圓。寂俟金液產生。點化元神。結成聖胎。點化元氣。凝爲神寶。須擇名山福地。築立園室。高低明暗適宜。用志心道友三人衛護。房中設平榻一張。四面幃帳。上懸明鏡。左右插劍。牀下鋪雄黃三斤。上置蒲團。並混元衣一領。起腎一個。餘外不安一物於前。四維安列八卦。須擇吉奏達。

上帝入圓靜坐。無爲無着。一意規中。身如槁木。跏趺端坐。晝夜不間。只存胎息。神氣相抱。不出不入。如在母腹。外人視之。宛同不省人事。是乃歸根復命。金液產生之際。有或七日十四日。甚有二十一日者。志友護衛。不可暫離。大戒音擾。尤忌聲驚。蓋以學者斯時。神休應谷。音觸則覺。聲觸則驚。覺慮出定。養功失矣。驚則神散。禍莫大焉。泥丸故曰。外護一職。生死係之。學者得此。內必現月。一輪懸於西。又現日。如懸於東。寂而守之。兩輪必相吞吐。旋竟合璧。懸於谷前。長春有言曰。學於斯時。全賴知音志友。從旁諦審。寂

守。但得學者肩間。一放光明。須卽通知。無勞聲達。第以音傳。學自神會。應用心罣。引鎖眷注。則神自休谷。自得感生大藥。隨罡合元。融成珠若也。學造此境。已與太虛神通氣貫。無復三界六合可分。蓋卽丹經金歸性初之候。而珠卽神寶也。神寶卽金仙也。神寶既得。還須加行十月溫養。謹持九轉。始得胎完珠化。身證聖嬰。然此溫養。此火候。與前不同。前有抽添升降之別。此則一意規中。如春沼魚。如百蟲蟄。吸聚元陽。靈氣不散。招攝太虛。培育元精。此一步也。全仗罡鎖兩星。刻時葆照。而功法不外若存若亡。勿忘勿助。焉泥丸氏曰。意不可散。意散則火冷。念不可起。念起則火炎。二俱傷胎。切宜詳慎。如此一年。實則九月之功。故謂之九轉。一年除二八兩月。不用火功者。非撒手拋空。竟置膜外。只如無心照顧。不復加意耳。然退火則水潮清靜之象。乃沐浴之候。灌溉黃芽之時。此法只以結丹日。爲十一月冬至節。算至九十日。候卽沐浴一節。爲二月節。月以結丹之日爲初一日。至八日二十三沐浴一節。至次月一日。又爲十二月初一日也。日則以結胎之時。至第四時爲卯。第十時爲酉月也。以此活法。溫養沐浴。九轉火足。氣候圓滿。嬰兒欲動。還宜自問。曾否到還返功純。如後凡悉化悉銷者。自必動定一如。駐世升遐。惟其所願。蓋已卽身卽世。卽地卽天。與道合真。何有出入升降高下遠近凡勝乎哉。

倘或憑運而通而化而結而圓。先少後多。未能融化此身。則必預放金光一團。懸於頂上虛際。名曰意珠。上應鎮星者。

太虛氏曰。鎮爲天罡罡主。爲坤地真元炁升而結。光照則生。光注則化。人物賴以生成者。位在中天。按卽五星之中星。高出日月諸星之上。我師泥丸氏曰。於人身。按卽顙門蓋骨。此一骨也。人身生炁所聚結。成於落地之後。呂祖謂爲人鎮。其華金闕。謂爲意珠。太上用以衛嬰者。學人不可不知。倘得藥過早者。用於聖嬰既育未壯之時。假取是珠。懸於頂上虛際。以補平時還返未純。識神未化功夫。祛除誘侮。不致被魔吞食耳。義詳正陽末後一著。正陽有言。學造嬰成。談何容易。然而分陰未盡。必有身識勾引外魔。朋比串侮。法惟退隱道體。苟或先少後多。則惟混入意珠。自融自化。白造內外冰釋。久久身等古佛也。太虛曰。意珠足珍如此。然而歷祖傳經。鮮有備述者。尙因此法爲救下士性根未澈而設。如性光早定者。末後無須此法故也。

隨將我身透入珠。隨包覆我身。內融外洽。銷化後凡。自然淘淨。學士惟自存虛寂。虛以化之。已而聞見胥泯。到得寂無所寂。真常得性。自與還返功純一般。此稟受有不同。入手有各別。安行利行。成功則一。造物毫無容心焉。是故證貴自審。乃有留形之駐世。

所以盡性。正以致命而圓志耳。

閔小艮曰。我儕修道。一生精勤。只爲證升。稍或迷昧。前功盡去。今按是篇。削刪口授。詳述世傳。果何心哉。爰故刪削其述。詳爲補述。師授並述。師訓以註以證者。以見神人確有所授。絕非無根無蒂云爾。一得謹識

### 九年面壁絕塵緣。始合神仙本願。

欲了本願。無過面壁一宗。是蓋行於得圓未化時也。泥丸氏曰。是西聖教外別傳。啟自薄伽筏帝。達磨承之。於是現身東土。乃有九年之面壁。自是千百年來。兩地人承。鮮識宗旨。而率皆爲了性了命。豈知初祖來時。一身性命。行已極圓。故能乘葦飛渡。此明徵也。而仍行夫九年面壁者。特示震旦至人。共行卽身卽世。卽世卽心。而功必以面壁入門。是以世治願始圓耳。其法備於呂祖三尼醫世功訣。而行乘色身未脫時。故有乘此生年月日時之訓。吾宗乃全真。全真末後大著。指此步也。是以道憑行進。功賴德圓。故有三千功。八百行之積。然而在下匹夫。功由何積。行由何圓哉。惟此別傳。不勞絲力。不費一錢。只與造化一心。卽身以理。但具恒誠而無息。行無不驗。功無不圓。其訣至簡而至易。蓋惟致如天之清。地之靜而已。是以心卽天也。身卽地也。而神卽人也。如是體之。

何須身外求治乎哉。然皆天機也。古哲未之集泄。泥丸氏泄之。余承而述。故仍以泄天機名之。

閔小艮曰。醫世一宗。律宗之枕祕。向惟口授。是書不述。似出謹慎。然既詳述篇目。理應略述端倪。如或不信此理。請讀碧苑壇經。得承師訓。謹補述之。道光癸巳七月七日。後學一得氏謹識。

泄天機終



## 二懶心話

萍逢

君寄天南。我寄地北。今秋乍會。歡若平生。緣矣哉。君師李赤脚。我師太虛翁。無緣而緣。二師之所默致合也。君近交城北公。城北爲石照山人付法傳道士。君所未知也。其師祖金懷懷王姓而清楚名者。又爲君之師祖。則君師赤脚翁。乃我石照山人之同硯兄也。金懷懷余嘗師之。乃因太虛翁而得師之者。我與君本有服堂昆季也。一見水乳。宗同而事一。其趣味自相投矣。城北公示君何道。曰。某所聞。惟識玄關一竅。心腎交媾而已。曰。玄關一竅。開否。識之不難。開之有道。使此關尙未開也。我不知君如何交媾焉。曰。願受教。曰。本是一家。豈容膜視。第今猶是萍逢。他日共析玄奧也可。

善問

一日復遇於古寺。大懶曰。古云其機在目。我願究竟其微妙。懶翁肅然起曰。善哉。問。人身遍體屬陰。賴以化陰還陽者。兩目也。此卽入道第一口訣。君既知之。從此用以內照。則頭頭是道。玄關可望開矣。

曰內照從何下手。曰冥爾目。調息片時。覺息調矣。始以意凝神於腦。以目光微向巔頂一看。覺有微明。如黑夜月色然。隨即用意。引此光映泥丸。待得腦中光滿。而頭若水晶然。此即洗髓法也。久之。乃引此明由重樓達絳宮。存之片晌。覺我絳宮純白。此即洗心法也。隨以意引到中黃。亦如上法存之。覺中黃純白。此即淨土法也。其光明自覺隨氣下降。又覺下田漸漸寬闊而更幽深焉。此即靖海法也。內照至此。愈久愈明。而愈寬愈廣。久之又久。覺有氣動於中。此龍從海底現也。我則一念清虛。微以意引目光從海底兜照後去。未幾覺此光明已透尾閭。此虎從水底躍也。漸漸有光自下上升。此即黃河水逆流也。竟透達巔。此即還精補腦法也。我於斯時用首尾照顧法。其法惟何。我之兩目光存在半天空。如日如月。下照巔頂。直透三關。照至極深海底。此即聖日聖月照金庭之訣。幾然現有一輪月影。沉於海底。與上半天空月輪上下相映。此即水在天之訣。我於斯際萬籟皆空。惟用一意。上冲下透。並行不悖之訣。行之久久。覺此清光上透九霄。下破九淵。斯時我身已不覺有焉。內照之入手如此。吁。說時容易行時難也。曰。某雖不敏。請事斯語。

善疑

一日相敘。既散復至。曰。余此去從事內照。繼事無想。未幾而心地清朗。漸覺下部豁然。

若失覺無邊際。深亦莫測。是從內拓加功許久。念寂至篤。乃現此景。惟覺徧體冲和。已而并此景象亦置之度外。惟覺呼吸之氣無。而下部騰騰氣熱。忽於極熱之際。得有幾縷涼氣。或自胸腹下降。或自膈後脊前流下。溯洄於男根左右。若有走泄之機。恐非妙境。此正。中道而止。而煉則有加。出而肅叩焉。

懶翁曰。善哉疑也。此下部陰精。遇炁而化。此陰精。即上所說幾縷。不能大熱者。真炁微故。真炁即真火。則與凡氣合。凡氣即凡火。此將成交感之精。不進陽火。名進陽火也。

此物必將奪關而出。法惟有凝神集炁於海底。以兩目光推而盪之。如轉磨然。我於此際。此心愈加寧靜。則呼吸氣停而真炁得注留下部。此真炁。是進陽火之秘訣。下部斯得熱如鼎沸。

沸煮水。水開貌。而陰精化氣隨炁。後攻穿尾閭。升至泥丸。化為真液。此之謂還精。補腦之實據。下降重樓。潤絳宮。此名後天甘露。乃是化血之物。從心後脊前分達兩腎。此時甘露已變。紅色。化成血矣。我則以兩目光降送至腎。

左右分旋。急旋急轉。便熱如火。所以煉血。由兩腎熱至臍輪。氣返炁之訣也。此一熱

也。須比前倍熱數倍。斯此物由真精化而為炁矣。從此不住手。斷不可。其熱復降至海

底而仍行其存注之功。此為要。則如前云之陰精。到此所必有。且必多者。要煉。又得化氣而

後升矣。煉陰還陽之訣。不外乎此。其效驗可時見。故戒間斷也。而要妙在能恒久焉。切。

果能循環無間。日行時作。如此方是。必要如此。何愁不如前賢所許。計月而成者哉。是必可無疑者。

大顛曰。君之言然也。某請從事焉。然某聞之法。從心後分降兩腎云云者。女子之修訣如是也。蓋女子以血爲本。故其玄關一竅。開自絳闕。以其修訣。加摩於兩乳中間。名曰乳竅。揉摩至百至千。則胸間火熱。微覺氣悶。且有板木之景之象。其血生始旺。法惟以意退入心後脊前。分注兩腎。若如男子一直從心降腹。則有血崩之虞。此一開。乃大顛之功。懶翁爲之。說於平時者。故復有此問。此是女子修丹要訣。故其作用洵如君言。今君所述乃氣也。氣升於腦。返化爲液。斯已奇矣。卽已化液。則直下下田何礙。而必欲如女子降至絳闕。退而後達。由兩腎轉上臍輪。方始化炁。斯理未明。況炁與氣一物也。性皆屬火。不過有先天後天之名耳。今聞君論。疑竇四開。莫自塞焉。願爲開示。

懶翁曰。善哉斯問。君真可稱善疑者矣。我所言。半聞諸師。半得諸書者。今爲略述其概也可。曰。願聆奧旨。曰。男子之陽在腹。女子之陽在背。此乃天地自然不易之理。我之所言陰精者。其形似精而非精。乃飲食所化之液。未經化血。流滯於百絡之間。乃成痰類。停滯中焦。則成飲症。流注膀胱。則成滑液。我之一身。三百骨節之縫。八萬四千毫竅之

內不乏此品盤踞其間。外邪乘隙入與此品朋比爲奸。爲害非細。今因我真炁周烘。斯物融活。隨氣護炁。流注下田。其性陰寒。故其流注也。機趣惟涼。然使積而不之化。則又必化火而出。世人認爲流火症。亦此品也。故凡我於坐際。每逢真炁流行。則覺有颼颼涼氣。自內而出。亦此品化而出之功效也。故我於此品流注下田之候。須必大加真火以煨之。此皆至要之訣也。則此品成如雲氣然。隨夫真炁由後上升。達至巔頂。一聚一凝。便成真液。如雨如露。由鼻空處滴下口際。此凡廿一潤至絳宮。到此須存。多存一存。又得心火一烘。便化成血。故須從心後脊前。分降兩腎。一經煨煉。隨炁注臍。又經大煉。斯可成炁。此是一定之氣化。不分男女者也。夫人孰不飲食。則飲食所化之液。無日不有。苟昧由心一煉之訣。鮮不因而致病。是以十人九多痰。修持者每患遺泄。世人不悟。委之有念。或委之心腎不交。或委之克化不濟。皆非也。是皆不知從心一存其氣。則其津液橫流。積化成痰。流注下出。故有強而泄之。變成外症。發爲疽毒。是又化火而出也。其流弊也。握髮難數。我故詳爲申說之。若夫所謂真精者。渾而體之則有。握而取之則無。至如交感之精。尙是氣化之物。故有形色焉。而其來自內。故能生育焉。若此飲食之液。其來自外。不經心煉。血尙未化。不過形似精耳。焉能生育。原非至寶。偶而遺泄。亦何足恨。因而憂鬱焉。煩

躁焉。不亦惑乎。與其服藥以澁之。不如如我言而煉之。此之謂釜底抽薪。我於此節。津津言之者。以此一品雖是凡物。如法一煉。便成陰氣。到腦降心。便可化血。已是寶物。再降至腎。升煉於臍。得土一和。遂與真炁無二無別。幾然至寶云爾。大懶。先天爲陽。後天爲陰。我輩修持。無非煉陰還陽之道。其訣不外乎忘形以養氣。忘氣以養神。忘神以養虛。其所以必造夫忘字境者。以所聚之精之氣之神。皆得咸屬先天。始爲無弊。況所重在身常受煉。其用惟火。火足則昌。火衰則敗。不忘則不聚。能忘火乃足。是乃修真之至要訣也。大懶識之。曰。敢不惟命是聽。

已而大懶又問曰。某聞之心有三。何謂也。曰。然。曰。天心。曰。地心。曰。人心。其實惟一。經不云乎。心爲神明之府。變化之道由焉。蓋人一身咸秉心氣而行而止者。猶魚之處夫水也。古人云。一身之實處。地也。一身之虛處。天也。屈之伸之。語言視聽。人也。又曰。天之心居腦。地之心居腹。人之心居絳宮。絳宮之心。塊然而虛。靈不昧。是一物而含三有焉。蓋其居腦居腹之心。無形無質。乃卽塊然居中。形如垂蓮者之靈之炁之上。透下注而誠存者也。我故曰其實惟一。

懶翁曰。大懶識之。意者心之所發也。心無聲臭者。念動而發。是名曰意。念也者。今心之

謂。猶曰卽心是也。意也者。心之音也。謂其念頭已發動也。佛家所稱觀世音者。此一聖號。乃治身治心之一大秘訣也。宜細味之。我按佛經世字。卽作身字解。猶言詳省我一身中動靜氣機。勿入於邪之義也。呂祖有言曰。大道教人先止念。念頭不止亦徒然。又曰。不怕念起。只怕覺遲。輕雲子曰。念頭未離腔子裡。除之大易。放而出之。除便稍難矣。故古有曰。念起卽除。神仙許汝。大懶識之。

大懶笑而問曰。修仙之秘。止於斯乎。某聞之。有曰。修命不修性。修行第一病。又曰。修性不修命。萬劫陰靈難入聖。何謂也。懶翁曰。噫。命無性不靈。性無命不呈。謂必性命雙修也。據我見。修得一分性。保得一分命。蓋以性命兩字不可分也。實以有時偏乎性而命在其中。偏乎命而性在其中。有如形影然。得可分乎。第凡修道。先一我志。性功之始基也。惜身如玉。命功之始基也。從而進之。止念除妄。性功也。調息住息。運行升降。命功也。體而參之。念不止。息不調。妄不除。功不進也。凡夫調住。運行。升降。及夫混合交結等功。總得於無思無慮之際。而暢於萬籟皆空。一塵不染之候也。我故曰。修得一分性。保得一分命。大懶以爲然否。曰。然。經常試之矣。惟丹道謂身有四海。心曰血海。胃曰穀海。腎曰氣海。腦曰髓海。其微妙未之悉。願爲開示。曰。善哉。問人之一身。皆藉自然生炁。以生

以成。惟胃一海。仰藉後天外來飲食。以消以化。補夫周身生炁之或缺。人人知之。無庸贅述。大懶子。明夫養生家立論。每先自冥心一層始。其故何也。誠以心爲血海。心涼則生血。心冥則心涼。夫冥心之訣。微以意引心氣退麗於夾脊之前。覺吾一身之溫氣。氤氲然歸護於絳宮前後左右上下中間。如是則凡溫溫然之生氣。一近絳宮。便有油然而自化爲血。又自氤氲然達於肌絡之間。其至精者退後而降至兩腎。則赤洒洒者化而爲純精。天一之氣焉。大懶子。明夫養生家於未冥心前。加曰閉目乎。噫。其義立。其指精也。心之靈發竅於目。一也。兩目又藏有肝魂、肺魄、脾靈、腎臟之精炁。二也。一冥心而目預之閉。則臟腑四肢內外生氣。自來朝會於絳闕。三也。且凡其來朝生氣。自得不期相化而自化爲純血。其妙用亦在兩目。四也。更能使夫純血各隨其炁。分布流潤於脉絡肌湊之間者。總因我兩目懸如日月。周照乎內內外外。高高下下。遠遠近近。一若有意。一若無意。似爲引導而不引導之故。五也。君昔曰其機在目。卽此可信。古人之言。不我欺也。

懶翁曰。夫腎水臟也。謂曰氣海。君疑善疑也。雖然。要知水臟之爲水臟。非謂膀胱之時有濁水而云然也。乃吾身呼吸之氣之所歸。純是後天。而又有陰陽之別。陽則名氣。陰



則名液。此二種也。不得我身太陽之火爲之烹煉。則此二物滯而不化。爲害非細。其變而爲病也。不勝數其名目焉。煉之之訣惟何。總不外乎用我兩目。導彼真陽存於海底。我則一念不雜。氣機通暢。無內無外。不知其五臟焉。六腑焉。四肢焉。地天焉。惟時自省於海底沉一紅日。此至要之訣也。忘失卽須覺存。存卽事乎忘。妙哉如是行也。失卽覺爲存。循環事之。此爲要。則此一海泰定而無弊焉矣。大懶修道如牛毛。成道如兔角。何哉。廢棄於此海一關。天下比比然也。君果有志焉。從而堅持之。持之不堅。堅之不恒。亦無益也。切戒。君其勉乎哉。千萬千萬。切囑切囑。

懶翁曰。大懶君其識之。上所言。雖示煉夫氣海一關。其間景象多多也。不勝述也。千言萬語。三教經書。諸子百家。汗牛充棟。無非治心一法。大懶識之。好不足喜。歹不足憂。一切好好歹歹。景象似真而咸幻。有者。心不可爲之動。念不可爲之搖。行不可爲之阻。其所現之象。總不外乎驚喜兩種。然其中變變幻幻。每有出人意表者。總以不動爲宗。須明皆是魔幻。或是上真遣來嘗試者。惟能不爲魔動。方是大丈夫本來面目。故凡遇夫魔擾。則宜益加堅定。益加勇猛。爲是大懶大懶。我之所以大聲疾呼者。邪正不兩立。而魔道每並存。何以故。無魔不顯道。魔而不退道乃成。大懶勉之。

懶翁曰。腦號髓海。其理顯明。無庸煩說。然此一海。世說作用夥矣。類皆地仙鬼仙之訣。非至道也。不可從也。君所向。我所事。天仙一宗。所煉以純返先天。爲了當者。故不可不慎所煉焉。大懶要明夫天仙之究竟。與夫先天一炁之淳妙。其質至清至柔。而至剛至銳。金鐵不能格也。所過者化。所存者神。大周天界。細入微塵。放之可包三千大千恒河沙世界。化之可結億億萬萬人物山水殿城宮觀。此等境界。不憚不憚。惟愁神着。何以必愈出愈奇。一經着相。便入魔道。小則成魔。大則立死。世間修道人。若此而死者。比比也。非惟本人不知。即其眷屬。亦且認爲某果得道而去也。其恨人也。不小矣。是故天仙家。概不以此爲效驗。且現不測之相。擾相降。若坐而現此之境。又不可用意。辟則又化。成此境。有變現。不測之相。擾相降。若坐而現此之境。又不可用。或竟入魔。誘入中。幾然戰勝。從此神通法力。不煉而大。或本人迷昧。以爲神。得之明驗焉。孰知正爲魔。誘入中。幾然戰勝。從此神通法力。不煉而大。或本人迷昧。以爲神。得之明驗焉。孰反爲魔。從外人不得而知也。以爲斯人道成。試其神通法力。與古神仙無二。其魔。行其魔道。從者如雲。究其談論。以爲斯人道成。試其神通法力。與古神仙無二。其魔。成魔。春屬。如凡修者。總以見而不見。聞而不聞。爲降魔大秘訣。所謂憑他風浪起。我可不知也。故凡修者。總以見而不見。聞而不聞。爲降魔大秘訣。所謂憑他風浪起。我自不開。此示以不之動念之大。聚則成形。散則成炁。混三清而不一。合三教而爲一。要訣也。凡煉此海者。切鑒之也。可。聚則成形。散則成炁。混三清而不一。合三教而爲一。者。此指一守我清。空者。慎無之念。在聚散混合。形無色。上。此天仙之究竟。是亦先天一炁之妙用。我儕有志。自能造及此。非妄也。志則如是。古仙有言。學仙須得學天仙。惟有金丹最端的。故志不可不自立也。煉此髓海。其訣惟何。上與天通。而下澈地局。四維四正。無

際無邊。氣象湛如寂如。不有山川城郭。惟存有赤洒洒黃金世界。明晃晃皓月當空。此

爲入手之秘。凡現夫種種瑤臺瓊室。十洲三島。亦不視之。此即上德無爲有而不有之秘訣也。鐵圍無間

刀山劍樹。燄原沸池。亦弗之察。此即不以察求之訣。惟存一無可着之正念。而除其動心。此治髓

海一關之要訣也。若夫穀海之關。其煉法惟有以手摩腹。助我陽氣。以消以化。故古之

人每於食後。先以一手自中脘摩至腹。徐行約百步。又以手在腹際如磨鏡然。自內而

外。循環而行。約行三百步。其間左手如乏。易以右手。繼則靜審其氣機。得已通泰乃止。

嗣如得閒而坐。則接行冥心閉口。存神絳宮一法。則中宮穀氣便可化血而達腎。兼行

此功者。萬無津液化痰之弊。亦無液化陰精之虞。雖似有爲之功。而實無爲之一助。此即下應有爲其用不休之一法也。大懶識之。慎毋以其小作而忽諸。此正我師預治陰精之秘道也。行亦

簡易甚者。大懶起而揖曰。諾。謹受教。

已而大懶肅其衣冠。至誠而告曰。某聞之。玄關不開。聖胎不結。乳哺失宜。聖嬰內疾。脫

遷不道。真人天卒。某以此懼。願垂訓示。若某也。玄關可倖開乎。聖胎可倖結乎。

懶翁聞。怡然笑翼然前曰。君悞矣。抑君之自道乎。君之玄關已於前夜洞開矣。下部云

云時。正君開關已後之明驗焉。至夫胎結與否。須自問者。君可徧體通暢否。亦有氣氣

云時。正君開關已後之明驗焉。至夫胎結與否。須自問者。君可徧體通暢否。亦有氣氣

氣象否。得夫物我兩忘否。

此智至要之功夫。勤乃得之。

曰均已遇時有矣。

得常有。

曰得夫萬籟皆空。一

靈獨露境界否。曰此均試有焉。而未之得久爲恨。

如得之久。其去結胎也近矣。

曰君之坤腹有何證

驗。曰每於坐時覺有真炁縷縷自心而下。未幾覺似自內豁然洞開。其大無外。其小無

內。覺有種種真炁。氤氲內注。且覺此中無底。惟覺此中溫然。又若有火。又若無火。而自

有一種煖炁。悠悠揚揚。自下部騰騰然四周而升。第覺向後直上。濃然達背達巔頂。又

覺烘然下面下喉際。適至絳闕。忽覺化爲涼液滴下。既過心坎。又忽化如熱湯奔下。滿

腹火熱。頗覺周身通暢焉。懶翁曰。洵如是。其去結胎也不遠矣。

懶翁又曰。大懶君。須悟夫天仙結胎不同。世所傳聞。君須熟揣。修仙辨惑論。如何煉。如

何結。如何採取。如何火候。如何隄防。如何溫養。如何沐浴。如何運用。如何降伏。如何移

神換鼎。脫胎了當。一論之中。均備述焉。其最要訣。在念中無念。如雞抱卵。與夫端坐習

定爲採取。斷續不專爲隄防。行止坐臥爲火候。又曰。勤而不遇。必遇至人。遇而不勤。終

爲下鬼。此四句。君當時時自省爲要。

大懶曰。修仙辨惑論外。當看何書。曰鶴林問道篇。玄關顯秘論。性命說外。則金華宗旨。

仙佛合宗。天仙正理。燃犀篇。推而上之。參同契。悟真篇。大而化之。白註道德經。金剛。楞

嚴、圓覺等經。噫。白祖有言曰。一言半句便通玄。何用丹書千萬篇。人若不爲形所累。眼前卽是大羅天。

跋

斯二子不知何許人。亦不詳其姓氏。閱其心話。殆養生家而將隱事於南宮者。余見而錄之。喜其言淺而深。粗而精。其間命意。似有所向。殆又非頑隱一流。趣味與余不二。爰去其不經而存其常說。名之曰二懶心話。蓋以其一號懶翁。一號大懶。按其懶字。從心不從女。是有取夫賴心而學之義焉。是殆蘇懶翁之流亞也。蓋能從事夫天心道心者。嘉慶戊寅之十一月望日。小艮肅錄并識。

二懶心話終

# 如是我聞

無名氏授

天水子錄佩

閱一得重訂

曰如是。蓋謂所授功訣也。曰我。無名氏之自謂。其曰聞者。蓋明得自口授也。授道而隱姓氏。品高而志謙也。得取寂體而精味之。仙道人道。剖示昭然。編中援引。屢標我祖泥丸李翁。疑編出自西川陳翁口授。然則天水子。或卽欽劉郭翁之隱號。藏有習坎精義歟。況按編中載有我宗東華。又有齋心習坎訣說。而竟曰祖倣。則此編出陳翁門下無疑。惜所訂本。決非天水手錄。故多魚魯。乃爲息心體訂。是爲我宗一家言也。道光癸巳天中口。後學閱一得。謹跋於金蓋之書隱樓。

## 金丹說

金丹之道。全在靜定其心。若不靜定。則神志錯亂。難調真息。其息不住。身中先天炁隱。三才真炁。無朋不歸。行無補益。將何以生藥。是以遇事制心。凡有所爲。順聽自然。事若未至。不生行念。事若過去。釋同冰化。務令此心常若無事。則心靜矣。靜則自定。以此定心。獨處靜室。少坐片時。盤膝握固。塞兌垂簾。回光返照。內觀其心。存其心若嬰兒。端坐

心舍。所謂端坐也者。不過寂靜。存如嬰者。不過內外混穆。無識無知之義。所謂心舍者。不過此中虛朗。況若舍然只可覺。不可見也。倘若泥文執象。便墮幻妄。非真清靜矣。如法內觀。乃見其心。行造自然而然。方是其心真況。況者。體也。體卽道體。泥丸氏曰。道本至虛。體本至無。學知悟此。方可與言其心。而觀訣得矣。未得真況。只自無念。必覺鼻息若無。而息歸心臍。斯造真況矣。既造真況。方可與意歸海。海乃元海。歸海念純。胎息亦息。纔可舉念大闔闢。乃是以我真神。運我真氣。何關何竅之不開哉。而法惟以意後透。斯時坤爐火發。兩腎湯煎。心液下注。海陰化陽。騰騰上升。立破尾閭夾脊雙關。次於風府。而上朝崑崙矣。而其得效之由。由於神遊水府。然屬意迎元旺。未可謂之天人合發也。丹書名曰玄影。以之乳哺。用以溫養。如是如是。謂之神凝胎結。一復一粒。泥丸氏謂自欺云。學者須謹誌之。金丹真幻所由分也。何可忽乎哉。

### 開關法說

人之一身有三關。尾閭夾脊玉枕是也。閭關在脊盡頭處。此一關也。內通腎竅。髓路一條。從此關起。號曰漕谿。又曰黃河。按卽人道。謂之督脉。竅爲黑道。直由夾脊雙關。上至腦後。謂之玉枕關。而又謂之鐵壁。是以此處竅細而關堅。故有是名。行循穿竅入腦。謂



之正透。有或踰嶺降入。似無不可。然屬二氣歸黃之仙徑。大非初學所可躡等者。有或犯之。後凡雜入流弊。無窮故須痛戒也。夫此仙徑。升由閭前海後。中有一竅。直升達頂。透至蓋骨。存留融化。化自直下氣海。或有分循任脉而下。分駐絳闕中黃。統歸氣海。一任自然。勿妄勿助。古哲皆名歸化聖功。箇中微妙。皆非一言可盡者。若循黑道。須破三關。三關之中。各有洞房。乃神棲息之所。種種生化寓焉。故有上田上宮。中田中宮。下田下宮之名。上田曰泥丸。中田曰土釜。下田曰華池。上田方圓一寸二分。虛開一穴。是乃藏神之所。其穴在眉心。入內三寸正中之地。眉心爲天門。入內一寸爲明堂。再入一寸爲洞房。更晉一寸爲泥丸。是爲上田三宮。眉心之下。謂之鼻柱。內有金橋。下有兩竅。達口通喉。謂之鵲橋。蓋喉有內外兩管。外有硬喉。謂之氣管。乃氣出入之喉。內有軟喉。謂之食管。乃咽飲食通膈入胃之喉也。其氣管有十二節。名曰重樓。直達肺竅。以至於心。心下有一竅。名曰絳宮。是乃龍虎交會之處。直下三寸六分。名曰土釜。又曰黃庭。是爲中丹田。左明堂。右洞房。元英居左。白元居右。亦是空開一穴。內亦方圓一寸二分。乃是藏炁之所。養丹之地。直至臍後。約有三寸六分。故曰天上三十六。地下三十六。自天至地。八萬四千里。人自心至腎。有八寸四分。天心三寸六分。地腎三寸六分。中丹田一寸

二分。非八寸四分而何。臍門號曰生門。內有七竅。通外腎。乃精氣泄漏之竅。臍後腎前。正中處。名曰假月爐。又曰氣海。稍下一寸三分。名曰華池。乃是下丹田。是爲藏精之所。採藥之處。左有明堂。右有洞房。亦是虛開一穴。方圓一寸二分。此處有二竅。通內腎。中有一竅。通尾閭。一身有形有所之大關。大竅則如此。而皆不可認爲玄牝也。蓋陽曰玄。陰曰牝。總之爲玄竅。不在身。卻在身。有無之根。虛實之鼻。陰陽之蒂。儒曰太極。道曰金丹。釋曰圓覺。是也。只可虛極而現。靜篤而闢。萬難擬而現。運而闢。法惟直養而直入焉。蓋可意會。不可言傳。故爾此竅而外。皆可一依前法。握固而冥心。回光而返照。待息一定。隨機發意。直下湧泉。機升隨升。機止隨止。自得化生。謂必升至外腎。會合左右。由臍七竅。入存氣海。降山下田。仍歸腎府。轉攻尾閭。閭穿脊透。關破壁穿而入腦。則自任督相會。全下金橋而入口。或由眉心鼻柱。畧存迎罡。彙放入口。口爲上池。均宜上池略存。然後經樓達闕。樓乃重樓。闕乃闕盆。胸膈是也。由闕留宮而息息。宮乃絳宮。息乃氣息。曰息息者。氣息若無。靜之至。然正以煉液而化血也。箇中有真況。涼趣盈宮。方由心後。分注兩腎。蓋此心後。生有二絡。從絡至腎。血自化精。陰生陽也。原心心血。義屬真陰。法惟靜極。液乃化血。此步聖功。萬不可缺。古哲未之泄也。有或闕前放灌臟腑。所以潤脉。

絡和營衛。亦是要著。有或心後心前。一同注放。而自集歸氣海。以烹以煉者。所以煉精化氣。氣盛關開。直若無阻然。然上種種。均屬自然而然。故能功步後先。絲毫不爽。無或素遺。謹按功步。一循人道。蓋其升則循督。降則循任。而任爲赤道。督爲黑道。學必爾循者。呂祖有言。欲修仙道。先盡人道。又曰。人道不修。仙道遠矣。是以一身三寶。皆屬後凡。不返不化。終歸滅沒。而或攝升攝降。無非有形濁質。失神以馭。不彙歸爐。每每散滯關竅。適足填黃。攻之忌器。導化不從。爲禍非細。法惟用意率氣。掃除赤黑二道。撫恤關竅。流離焚賊巢穴。殲賊魁從。故有穿閭破關人行。又有息心止念聖功。所以除暴安良。正以化後返先也。故有欲修仙道。先盡人道之玄訓。是以人自情竅開後。玄關竅閉。真元身隱。一身關竅。賊衆嘯聚。黃中黃道。伏有後凡。勢必靖人。故有人道不修。仙道遠矣之棒喝。無如世學悞會。泥丸氏憫之。故爲宣釋如此。此是入門至要之訣。學者必當謹省。然斯人道。功訣步驟。示若指掌。循行似易。而純屬有爲。通理則能。化返不得。非道究竟。道圓無日。且究繁瑣。如何而可。泥丸氏曰。學於斯道。初則備目。伏揣無遺。如是一身關竅。舉則洞現。入則歷循。止則釋如。惟空亦無。繼則循體循觀。而循無。終則循若勿循。造至不循自循。此是假法。如是假循。一值時至。真機頓現。斯可隨機而順運焉。箇中微妙。

全在心清。方識其來非影。我採非妄。歸之存之。載生載化。載沉載浮。而況非假況。寂以存之。忘以凝之。金丹作用。可說只此。此乃千聖不泄之聖訣。泥丸氏乃於開關說中泄者。是憫世失心傳。冒禁而泄。得當寶秘寶秘。非僅慎傳也。得而不行。行而不勤。是皆褻秘。天律良可畏也。泥丸又曰。所事關竅。確有方位。所得徵驗。確有真況。卽如氣海。時到氣臨。便覺下田火熾。兩腎湯煎。頂則露灑崑崙。上池泉湧。露滴闕涼。絳湧心液。流合坤火。遍體冲和。下池應之。金波澄澈。其穿間也。如蛇內鑽。一旦透脊。升若車輪。及其枕透腦臨。聲若海潮。欸乃音承。鐘磬協焉。已而甘霖霈灑。流池若注。味香而甜。及到眉心。便覺掣脹。斯時以神入心。天門隨開。便覺我身八萬四千毫竅。三百六十骨節。一齊爆開。此卽所謂一竅開。百竅齊開。大關開。衆關齊開歟。法於此際。使意引氣入鼻柱。降金橋。覺有涼水盈池。切忌用意以吞。只宜隨機而嚥。自流入肺。倘有些而氣逆。此是平日順行慣了。一旦逆行。便不順從。是宜息心靜俟。頃卽自順。則此精氣自然灌溉五臟。不僅達胃。又使復歸於腎。故得謂曰歸根。自腎而轉尾閭。復自尾閭而上泥丸。自泥丸而降絳宮。故得謂曰復命。自此而行之日久。不勞費事。一存一周天。蓋有意到機行之妙。若能行住坐臥。常常默運。則精氣在內。周流旋轉。決無漏泄之患。兼之內氣既轉。鼻中氣

息自微。且自三才真氣。從鼻而入。下接我腎祖氣。與之混合。被我一齊運行。自上而下。下而復上。自然補益真氣。正是竹破須將竹補宜也。此一真氣。正是融化我人日逐穀氣所生精液。化成真精。精盛自化真氣。氣盛自化真神。斯三充滿一身。而大藥自產。然後踵行採取。亦可自結靈丹。然僅得夫玉液耳。其故何也。純以導引入手。則所關所生。關非玄關。竅非玄竅。故其所產。產自色身。不由法身。則所生物。於身則先天。於道則後天。世學不察。故有妄指命門。或指泥丸。或指口鼻。或指上池下池。認爲玄牝。豈知斯竅斯關。實屬色身有形有所之玄牝。則所得夫天地間氣。實屬天地間可見之有。可覺之無。於世則先天。於道則後天。學必得夫太極所生。乃可與天地參此真氣也。只可於無情中得。不可於有心中求。古哲亦常棒喝。聞而得悟者鮮。然非由假不能造真。上故歷爲詳述功步。並非秘真而泄假也。

### 金丹要旨

夫人一身屬陰。惟此先天一氣屬陽。乃自固的一聲。便落下田氣海。此一海也。左陽右陰。太極影具。故得亦號玄牝。然究屬夫後天。敢云其非影乎哉。影則成影。敢謂金丹乎哉。要知五臟六腑。精液氣血。皆非真陽。而此先天一氣。不是吹噓呼吸之氣。亦無形影。

氣象。故悟真先生。以爲可見不可用。可用不可見。此身未受氣之先。在母胎中。先受此物。受此物。然後生二腎。繼生兩眼。由而生心生肝。生肺生脾。生九竅百骸四肢。而後人象具足。從此化化生生。儼然一小天地。而人第從流。不識還返。故有生老病死。哲人憫之。乃示齋心習坎成訣。誠以心卽乾也。身卽坤也。而離位在心。汞所自出。坎位在腎。有鉛以生者。其中有竅曰命門。南有黃庭。北有關元。古哲言之詳矣。謂此中氣。便是大藥者。卽身而論。命門一竅。左陽而右陰。具有太極玄牝玄影。不獨氣綜一身。本與天地玄牝一孔通融。而人每患間隔者。以無真意。且由念雜耳。故凡從事長生。只卽命門一地。寂存不貳。時到隨機。降降升升。行行止止。一任自然。勿忘勿助。數周運圓。先自歸後。後自歸後。不勞引導。亦自還返。能循不息。後全返先。水仙可必。蓋以命門前乃氣海。後乃尾閭。閭骨有竅。任督之總經。穿竅後透。謂之循督。透脊達關。會於風府。上朝泥丸。復由泥丸下明堂。開天門。經鼻柱。由鵲橋。降合任於上池。共下重樓。直達絳闕。生生化化。放歸下池。合汞入爐。一憑橐籥於中鼓動。謂之大陶大冶。是爲窮極人功。於斯而後。方可升從海後閭前虛穴而升。名曰歸黃。蓋以斯穴。黃道之天關。天仙之總持。承而應時採結。乃爲聖胎。從而乳哺溫養等等。概有成說。學宜詳慎。乃得胎圓欲出時也。然亦遺有

成說學須自問何如耳。倘或孟浪順出。爲禍非細。若夫初用繼用終用立訣。祖蓋做夫攢年簇月一訣也。踵而循行。步驟功況。歷成熟徑。學只一循道體。有而不有。覺而勿著。隨機靜動。則歷關竅。自造立立。更有何後之得難。何凡之不化乎。準是行去。自造胎無凡後。故自無況非真。而嬰無出入。有何方所遠近高下凡勝乎哉。

如是我聞終





## 呂祖師三尼醫世說述序

文所以載道也。余聞世間有是祕文久矣。憶自弱冠時。得侍東籬老師於桐柏山。師奉天人。年已百有十餘歲。姓高氏。浙閩總制高公。蓋師同宗也。巡邊過山。以三尼醫世說問師。師曰。吾曾見於王陽明先生簣中書之內編。其門人王龍溪刻以傳世者。是義黃以身治世之大道也。又嘗聞諸駐世神仙李泥丸。吾門下沈一炳曾三遇之。一炳嘗以三尼兩字。叩於泥丸。泥丸曰。此道傳自羲黃。仲尼牟尼青尼三大聖人。闡以立教。三家之徒。各述其入門之徑。彙成一編。或曰說述。或曰心傳。或曰功訣。或曰功用。今散軼矣。余昔聞於高師者如此。至乾隆丙午歲。十月二十六日。吾大師太虛翁。是日辭世。於先兩日。授書一冊。囑收毋泄。其時尙達。不務慎守。聽爲友人攜赴晉寧。久假不歸。乃卽呂祖三尼醫世功訣也。歲己酉。浙督學朱石君先生。按臨湖州。進謁於右文館。始知先生有是書珍藏。不以示人。頗疑有脫簡。聞金蓋藏本完善。以余爲誠實可信。囑往購取。不得而返。乃示余所藏之本。係明代人手錄。有誠意伯跋。余擬錄之。適先生假裝。將按他郡。匆匆不果。越四載。宦遊過雞足山。訪住世神仙雞足道者於龍樹山房。仙姓黃名守。

中。西域月支人。元時進中國。久休雞足。故有是號。順治十六年入京師。求授太上三大戒於崑陽王律師。初無名字。自號野園婆闍。華言求道士也。律師以其身体中國有年。因命以華人姓名曰黃守中。迄今滇人咸以黃真人呼之。年已五百有餘歲。而貌若六十許人。雙眸炯炯。聲若洪鐘。案頭無多書。佛說持世陀羅尼經外。惟三尼醫世說述。核卽東籬所見太虛神說者。公勿與。請錄之。笑曰。母子歸而求之。誠訪二美得自集者。今非其時。姑待之。余因問曰。某昔得有呂祖三尼醫世功訣。爲某大師太虛翁所授。未及體閱。爲友攜去。此書如何。曰。余向亦有之。善冊也。他日亦必得者。余又問曰。先生嘗行是說乎。先生曰。時哉時哉。又問曰。聖如孔子。不以斯道醫世。何也。曰。聖人立人之極。行斯道於萬世者也。夫子之道大。不在一時也。且郊郛定鼎。卜年七百。春秋之季。其數已終。安知非參贊之神功。維持衰運。迺續乃命於天乎。曰。夫子若以斯道濟世。當時應大治矣。曰。春秋之時。孽海甚深。殺運將啟。天故未欲平治天下也。凡暴殄之氣。足以致虛耗。淫佚之氣。足以致水滂。冤抑之氣。足以致亢旱。悖逆之氣。足以致兵刃。乖氣久鬱而不散。則元氣隔闕而不通。無位之聖人。能培人心固有之善。而不能鋤人世已稔之惡。師道立。則善人多。善人多。則可以維持世運。其自作不靖者。天將聚而殲旃。非韋布之

士所得而治也。曰。然則斯道亦有窮乎。曰。良醫攻疾。必去其疾。而後元氣可通。子不聞老子之言乎。道大天大。地大。王亦大。王亦大者。薄海內外。百萬億生靈之所歸。有旋乾轉坤之權也。道與權合。則兵刑禮樂。革舊俗而新之。權足以去其疾。而奠安之也。有道而無權。豈能於凶人敗類。而亦安之懷之也哉。世之爲病有二。曰。人爲之病。曰。天運之病。人爲之病。戾氣所鍾。所謂自作之孽。不可活。惟有權者能醫之。天運之病。協氣可道。所謂天作孽。猶可爲。惟有道者能醫之。然而天運亦轉移於人事。消戾氣於未萌之先。則天運亦應之。天運通。則元氣通。元氣通。則大化通。斯道仍大通而不窮也。在上之君子。則平地成天。於物一無所遺。在下之君子。則立人達人。於物亦大有所濟。以道醫世。不因世廢道也。況當

昇平之世。海宇乂安。上有

大聖人以爲之主。道與權合。版圖之內。無有頑民汚吏。釀災眚以梗塞氣機。則此道流通。雖一介之士。亦有位天地育萬物之能事。得襄贊於不見不聞之中矣。若五行百物之生成。偶有偏災小劫。行此道以補之。上合

仁主之心。下濟生靈之厄。有不如響斯應者乎。余之受教於黃真人者如此。至歲癸丑。

遊洞庭之東山。休於朱氏。朱爲吾山前輩九還翁孫。好立學。出示藏本二冊。其一爲文正中堂珍藏之書。亦屬謄本。而無名人手跋。其一爲吾山石菴律師手錄於龍嶠山房。輯題於隱真黃祖者。文義更爲明暢。殆難足眞人所稱詳善本也。因乞攜歸。其時未聞箇中玄理。妄期道成而後行之。遲至道光五年。蒙吾太虛翁詢呈昔授醫世功訣。又沐呂祖臨沙。洋洋萬言。玄理乃明。始悔師傳功訣。爲友攜赴晉寧。迄今未歸。幸有雞足真人。謂必自得。爰謹節錄沙示。又採聞見彙而註之。儒釋二家之說。則分引經義以補之。以未讀持世經故。爰附管窺七則。鈔成一冊。詳述得書註書巔末。以祛無徵之惑。將以公諸同志。稿旣成。或有見而問曰。是道惟存心濟世者可行之。若私心用事之人。亦可行乎。余矍然起立曰。是何言歟。挾私則背道。必不可行。呂祖嘗降壇。誠諭曰。二氣之用。陽爲德。陰爲刑。動於私。卽入於陰。中正慈祥則爲德。邪忒凶暴則爲刑。苟非利物濟人之心。而欲以吾氣引動乾坤之氣。則刑氣所召。間不容髮。天魔應之。天神殛之。其禍甚速。自取滅亡。歷劫不赦。悔不可追。祖師明訓如此。故學道者。正心爲第一義。識此。以爲玩藝。是書者鑒焉。時道光戊子年孟夏望日。嗣龍門正宗第十一代閔一得謹序。

# 原序

歸安陶太定撰

太始之初。道立於一。確不可拔。而無所倚。堅不可破。而無所住。無貳無間。無內無外。靜而無靜。動而無動。剛柔健順之未判。而爲至剛至柔至健至順之所由出。大生之母。大道之原。是曰眞一。眞一者。先天之精。活潑潑地。其發不可遏。發則通。通則爲陽。其復則爲陰。通復是氣之始。陽清則升。陰濁則降。清濁是形之始。故眞一爲生天生地之始。體萬有而空萬有。無極是也。惟無。故無隔閼。無隔閼。故極靈極明。惟無。故無窒無礙。無窒礙。故能屈能伸。人物得其靈明之理。而爲性。得其屈伸之氣。而爲命。萬物皆在性命之中。性命皆在眞一之中。性命之外無道。性命之外無教。三教同出於一也。儒盡性以立命。釋見性而度命。道成性以復命。儒貫一。釋皈一。道得一。而其功化之極。則皆無遠勿屈。流行於四大部洲。而無所底止。儒家之道。至於位天地。育萬物。所過者化。所存者神。釋家之道。至於無住相佈施。四維上下。虛空福德。不可思量。道家之道。至於萬物作而不辭。生而不恃。爲而不有。功成而不居。其宗旨。皆無爲而濟世。豈舍己而從事於世哉。

有生以來。人我同此一性。同此一命。卽同此一道。形隔而氣通。氣通則性命通。極之天之所覆。地之所載。皆一氣呼吸之所通。道在我。則我爲之宰。其始一物不有。其終一物不遺。而其妙萬物也。仍一物不有。斯道也。何道也。真一之道也。成已成物。皆道中之事。萬物各正性命。而後道之量於是乎全。遺世獨立。不可以言道。此醫世之說所由來也。醫世之說。其本經全書。自有金簡玉函。藏在天府。世不概見。此書全部。尙有儒釋醫世說述。太律師崑陽王祖。聞諸異人云。儒燬於秦。釋燬於晉。世不可得而見矣。世所流傳者。特道宗醫世入手之則。蓋呂祖駐世時。得聞是說。闡述本經之義。授之法嗣。乃本經註疏。不是經文。故其文平近易曉。而於經中玄微功候。尙未述及。第就道宗醫世入手次第。敍起焉耳。其大要。與儒釋兩門。雖殊途而同歸於一。故此書有三尼之名。且經呂祖昇證金仙後。嘗親印證於三尼者。是三尼在天之靈。宣說參天地。贊化育之大道。俾有志斯道者。聞而傳之。踵而行之。世世可登仁壽之域也。讀是書者。慎毋褻視焉。是書本山世有藏本。不知誰氏攜去。蒙呂祖降壇宣示。辭意尤詳。爰敬錄之。并數言於首。時康熙甲辰元旦日。嗣龍門正宗第九代。陶太定謹敍於金蓋之龍嶠山房。

# 三才一氣之圖



陰陽消長。循環十二時。天地人皆在一氣之中。卦從時變。不從方位。

右十二卦。陽長則陰消。陰來則陽往。循環十二支中。各應其氣。以著陰陽進退之象。道有變動。爻位互易而成六十四。上下無常。剛柔相易。六十四卦。不出此十二卦中。推遷以盡其變。隨體察易。



# 呂祖師三尼醫世說述

龍門第八代赤陽黃律師謹題  
第十一代孫閔一得疏

九石菴陶敬輯第十二代孫沈陽一校

呂祖師爲太上門下關尹子嗣道曾孫。本唐宗室。姓李名瓊。字伯玉。避武后之禍。偕夫人金氏。隱於嵩山深谷。改姓呂。名曰岳。字洞賓。夫人歿。因號純陽。鍾離祖師弟子。元世宗勅封警化孚佑帝君。三尼者。孔子如來老子也。心印集經曰。青尼致中。仲尼時中。牟尼空中。三尼師師。文尼翼司。三尼克傳。文尼斯贊。宏敷教育。裨生化之源。此元始諸文尼之文。本經又言。純陽真人。化號文尼。職司鐸化。故詔以三尼之道。敷錫於世。陰陽下民。呂祖師之統儒釋道以宣教。天所命也。是以寶誥亦稱爲三教之師。醫世說。乃三聖之精蘊。發育萬物。峻極於天。開闢以來。天下之道。無有大於此者。呂祖述之。以開無量劫懷保惠康之化。所言入手之則。雖屬玄門。實不外始基於定靜。定靜乃三家同入之門。惟道宗功法。較爲簡而易曉。故拈以示人。至於盡性知命。而功及於天地。則三尼同道。悉該於此焉。呂祖筆之於書。以授門下。歷代祖師寶之。藏

於梅島之龍嶠山房。地爲黃隱真律師別業。今址猶存。地離雲巢二里許。金蓋之東麓也。是書原序。爲陶律師石菴著。其標題。蓋出自隱真律師。曰呂祖師三尼醫世說述者。正以明是書。尙有三聖本經。呂祖述其意以教人云爾。

### 第一步說法

### 三三三壯

本易象。以明各步功法。非盡以卦氣時序言也。大壯利貞。大者。正也。內乾外震。乾爲天。爲首。震起也。故功起於此。帝出乎震。帝。太乙也。卽真一之宰也。震巽特變爲多白眼。目注腦則向上。故多白。謂當注視乾宮也。震陽之動也。意者。心之所發。陽氣之動也。

若曰。法先閉目。意斂目神。向腦一注。

簣中書同。若曰者。明非本經。蓋本經簡奧難曉。呂祖述其意。若曰。如是如是也。陶律師本。無若曰兩字。次句有微以兩字。末句腦字下有際字。一注作存守。呂祖曰。存者真一。守者真元。真一是性。真元是氣。腦爲髓海。又爲天性都會府。猶天上之有玉清勝境。其境至清。高居星月之上。乃太無之天。能知存守。自能明道。

繼於腦中。向頂注之。

簪中書同。陶本中作際。下句有門上兩字。注之作一注。呂祖曰。腦爲人身玉清宮。元始所居。頂曰顙門。穴名百會。乃三元聚會之所。上接三天眞一。向頂注之。眞一感通。眞元彙注。得見紅黃星點。若雨灑下爲驗。蓋眞一無形。所可見者眞元。眞元者。眞一。所生之氣也。一得按禮曰。本於太乙。分而爲天地。轉而爲陰陽。變而爲四時。列而爲鬼神。其降曰命。其官於天也。太一卽眞一。天之宰也。首爲人身之天闕。故迎乾必於首。易曰。乾元曰首出庶物。乾爲天爲首也。虞氏易義。乾爲性。天命之性也。心目注之。卽尙書所謂。顧諟天之明命。朱子曰。常目在之也。內典曰。大佛頂首陀羅尼。言慧光如日。在佛頂也。又曰。斯是如來無見頂相。無爲心佛。又曰。摩頂。令其開悟。言人之性光。皆在頂也。儒釋二家醫世功法。以經義參之。與此書宗旨。重規疊矩矣。

此爲下手第一步。

簪中書同。陶本每步此句有功法二字。呂祖曰。法。法則曰功。功用也。法先閉目者。目爲我心使氣神。法籙目神在天。卽爲苟畢二帥。其在人身。行則注於兩湧泉。坐則注於兩腰腎。閉也者。凝字之義也。曰微以者。有以若無以之義。意爲心神之號令。令出

乃行。猶人君之有誥敕也。曰上注者。有透頂而上之義。所以注迎真一之元。以護身世也。

### 第二步說法

#### 三三三

內乾外兌。逸象。乾爲神。兌爲通。與神通氣也。引乾氣下通之義。夬。決也。剛決柔也。君子道長。小人道消。小人謂陰。闕盆下通於腹。腹爲陰。引乾陽下注。以決陰也。迺自百會。下遊闕盆。

簣中書同。陶本作繼於腦際。向下胸堂。百會穴名。其穴在頂門。闕盆。亦穴名。其穴在胸。呂祖曰。此不言意。意在其中。曰下者。引一引元。並下之義。味下句自可見。

#### 三三三乾

元亨利貞。元始。亨通。利和。貞正。元始謂易生復初。探賾索隱。萬物資始。亨通。以陽通陰。各正性命。爲利貞。心以上爲陽。腹爲陰。胸乃陽始通陰之界。天下之賾。將由之而起。不可憧擾。乾有伏坤。馭動以靜。乃爲體得閒趨。體乾之德。剛健中正純粹精。此七德者所由覺空色相。一絲不掛也。

遊夫闕盆。體得閒趣。

簣中書同。陶本作用守胸堂。一絲不掛。一得按易曰。清明在躬。心經曰。五蘊皆空。蓋同是道也。呂祖曰。第一戒毋率躁。第二戒毋昏迷。第三戒毋莽蕩。要識此中。本無一物。有何人我。有何內外。光明磊落。徹地徹天。物物件件。機動乃現。現非心體也。現而勿察。隱而勿追。如浮雲之點太空。過而已矣。所當迎者。清存十分。和迎三五。蓋此一步。參同謂之上德。德以清虛恬淡。一塵不染。得失有無。不稍粘滯。乃爲得法。

此爲下手第二步。

呂祖曰。此步中。必現有紛紜景象。若稍滯稍擾。天君有病。不惟無益。爲害非細。而於下步。便無下手處矣。可不戒哉。一得竊謂能體遊字閒字。意義自得。行合祖訓焉。

### 第三步說法

## 三三姤

內巽外乾。彖曰。姤。遇也。柔遇剛也。陰爲柔。剛遇中正。天下大行。謂以剛克柔。五中正。故剛遇中正。陰始生。故宜勒照。姤與復旁通。復則龍蛇俱蟄。姤則萬物發揚。陰陽相伏之理。象曰。天地相遇。品物咸章。故爲萬路齊開。天下有風。無路不通也。

運值正午。訣惟勒照。

簣中書同。陶本首句。上有已而兩字。下句作萬路齊開。言此中元運旺。既庶且富。無物不備。有日中則昃。月盈則闕之懼。故當有勒照作用。正午於世爲中元。於身中爲心。於功候爲活午時。乃一陰初生之候。宜勒照也。

### 三三三遯

內艮外乾。彖曰。天下有山。遯。君子以遠小人。不惡而嚴。君子謂乾。乾爲遠爲嚴。未於首。其位已遠。遠而嚴。正本清源之道。剛當位而陰漸長。故有偏頗之象。

已值未正。正本清源。

簣中書同。陶本已作若。下句作便有偏頗。蓋民忘善之所致也。世泰已久。則民惟逸是安。逸是安。則忘善。忘善則惡機已伏。自然之勢也。宜體正本清源句義。乃有下手處。鄙意訣則迎一以化之。不惟訣迎坤元而已。

### 三三否

內坤外乾。象曰。天地不交。而萬物不通。內小人而外君子。故外強中乾。大往小來。故當培植。此天地閉塞之候。

一入申正。培植而已。

簪中書同。陶本申正下。作外強中乾。須事培植。意義與此書同。蓋值申正。運當下元之初。其時人民。燕安成性。罔知奮勉。無有遠慮。風氣浮華。舉止文勝。故曰外強。惟民生厚。其氣已漓。百產亦漸耗竭。故曰中乾。一旦劫臨。極而走險。適以速斃。誠可哀也。志斯道者。訣惟培植爲事。所以思患預防也。

### 三三觀

內坤外巽。象曰。風行地上。觀先王以省方。觀民設教。觀主化民。故當致新。五位未變。爲大觀在上。近乾爻。故迎乾。陶本曰成賢劫者。酉時卦中有蹇有明夷。值運之艱也。若值酉正。訣惟致新。

簪中書同。陶本酉正下。作訣惟迎乾。以成賢劫。義與此書相表裏。酉正者。下元之中運也。舊染汚俗。迎乾氣以廓清之。使民自新也。頑讒猶欲並生。使民自新。則劫運之來。化大成小。所謂賢劫是也。較諸兵火相乘。不已相去多多乎。呂祖蓋有深意存焉。賢劫者何。饑饉疫癘昏墊是也。

### 三三剝

內坤外艮。此戌卦也。乾鑿度曰。夫陰。傷害爲行。當九月之候。陽氣衰消而陰終不能盡陽。小人不能決君子也。謂之剝。言不安而已。彖曰。不利有攸往。小人長也。

### 三三三坤

六爻皆陰。此亥卦也。卦德爲柔順利貞。卦氣爲滅藏於癸。極晦之象。陽盡滅也。故有履霜堅冰至之占。戌亥爲剝爲坤。此曰。法惟屯蒙。以俟復者。舍值時之卦。而言因時之用。謂此時。惟當息養。蓋戌亥。於身爲下極。於世爲下元之下運。言內言外。皆當息養也。

### 運至戌亥。法惟屯蒙以俟復。

簣中書同。陶本下句作屯蒙而已。意義與是書無異。屯蒙者。萬物冥昧之象。養之以俟其復而已。屯。內震外坎。動而遇險。劫運多艱。故屯利居貞。蒙。內坎外艮。坎智艮止。性靈窒塞。機巧未開。故蒙以養正。大元運之戌亥。萬物皆息。小元運之戌亥。亦貴息養元氣。呂祖曰。究其致此之由。總因失照失培之故。言小元運之可挽於前也。一得按易曰。凡益之道。與時偕行。書曰。道有升降。政由俗革。此儒教之視否泰元運而鑒世也。華嚴經曰。清淨光明。徧照世間。以無礙願。住一切劫。常勤利益一切衆生。楞嚴



經曰。於恒沙劫中。救世悉安寧。此釋教之歷無量元運而醫世也。

### 此爲下手第三步。

簣中書。此句上有呂祖曰。究其致此之由。總因失照失培之故十七字。按前後文。均無呂祖曰字樣。當是後人以此書質諸呂祖。仙筆憑沙所示。錄者誤入正文耳。今探入前註。竊按是書。二步以上。自頂至胸。言身不言世。乃是自修之事。渾渾穆穆。不必分時體驗。故不言時。三步中。分言六時者。功用至午位則爲心。乃一身之宰。一世之宰。至未以下。則爲腹。爲閭浮提。世事不同。補救之法亦不同。故逐時分析言之。以明隨運之用。此六時之用。皆言學問之事。謂當裕道法於未用之時。午未申酉戌亥。皆迎一迎乾之所貫注。乾。君也。蓋有隨時醫世之學術。而後可以任斯世之重。能調元贊化。而後可以上格君心。欲從事於澤民。必先以致君爲主也。

### 第四步說法

### 三三復

內震外坤。震。修省致福。坤。德合無疆。彖曰。復亨。剛反動而以順行。利有攸往。剛長也。陽來返初。而應天行。陰順之。明良之際會也。

已而華開見佛。自造慶會。於鳥音萬斯年。此爲下手第四步。

簣中書同。陶本已而作既乃。下有別有妙用。不外忠貞二句。自造慶會下。有得致兩字。華心華佛。喻君也。開者。開心見誠之義。中無意必固我。隨機導引。格非啟沃。大有紅爐點雪之神。不外忠貞者。言忠貞則咸有一德。上下交孚。不待語言文字。故曰自造。誠之通也。忠則表裏如一。貞則夙夜匪懈。是以能充滿其肅肅雍雍之氣。而君臣皆在一氣之中。爲上爲德也。天下亦皆在一氣之中。爲下爲民也。海隅蒼生。陰受其福而不知矣。呂祖曰。惟知迎一與元者能之。一得按書曰。燮理陰陽。寅亮天地。楞嚴經曰。於大菩提。善得通達。覺通如來。盡佛境界。持世陀羅尼經曰。利益安樂一切有情。同此功用也。

### 第五步說法

### 三三臨

內兌外坤。兌悅。坤順。故無間。元亨利貞。彖曰。悅而順。剛中而應。悅而順。混一之原。剛中而應。妙凝之德。大亨以正也。

於斯時也。功造無間。一舉一措。不謀自合。蓋已兩氣混一。志神不二。是妙凝之神驗。此

爲下手第五步。

簣中書。陶本同。文正藏本有小異。呂祖曰。行到此步。益宜人我兩忘。任此乾坤正氣。氤如氤如。有彌天蓋地氣象。乃得此驗。偶或現有戾機。必當參迎人元以通之。倍迎乾元以新之。坤元以利之。寂體真一以一之。自然君聖臣良。上下一氣。功行不怠。造致雍熙。計日可待。一得按書曰。咸有一德。金剛經曰。以福德無故如來說福德多。皆是道也。

第六步說法

三三泰

內乾外坤。象曰。天地交。而萬物通也。上下交。而其志同也。象曰。后以財成天地之道。輔相天地之宜。以左右民。以陰輔陽。坤承乾命。庶績咸熙。四海昇平之象也。

功到此際。朝宁雍熙。百工亮采。而民隱君悉。從而加迎真一。下照萬方。繼迎坤元以撫之。乾元以一之。物產繁衍。民行淳馴。此爲下手第六步。作良常

簣中書。陶本同。文正藏本。句繁不悉載。一得按禮曰。德者。性之端也。極乎天而備乎地。行乎陰陽。而通乎鬼神。功用至此。天地順而四時當。民有德而五穀昌。詩曰。允矣。

君子。展也大成。合外內之道也。金剛經曰。佛說非身。是名大身。納大千於一粟也。彌  
 陀經曰。阿彌陀佛國。衆生無有衆苦。但受諸樂。是故名爲極樂。皆道在一身。效在衆  
 生。申錫無疆之軌也。儒釋二家醫世之道。亦該於此書矣。呂祖曰。此撫世之極功。聖  
 人之能事。然非有待於外。六合九州。不出坤腹。呼吸可通。盡人能學。惟在志堅。切戒  
 私智用事耳。又曰。天地無心。寄心於人。人故能行。行必有成。又曰。要知世運之有上  
 中下。猶人之有少壯老。人無不願常少壯。天地豈有不願常上中哉。至人體之故垂  
 是說。以俟志士。然有至立立理。終古未經道破。余昔早聞是說。而竊有待。及既道成  
 且圓。甫知昔既未事。今亦惟能述此說。曰述此說。明非本經原文。以俟後之踵行者。  
 汝曹姑勿窮詰。詰。詳語意。此經之道甚大。仙真且不得盡聞。凡人不當窮。以俟後之踵行者。  
 詳述其能致之本。爲可。見全經上半部。尙有修。乃曰。參同契。悟真篇。足以圓命。唱道真  
 言。足以圓性。大洞玉經。足以化凡。三尼醫世。足以證果。無如參悟兩書。中多隱秘。易  
 入岐途。大洞玉經。經義簡該。藉化氣質。功用極神。加之唱道真言。仗以鍊心。則三寶  
 淳粹。然後參以參悟。以圓命。醫世以證果。證果計行。去聲下同。以證者。行有巨於三尼醫  
 世說乎。嗚呼。匹婦銜冤。三年不雨。凶乃爾。吉亦然也。余嘗親印諸三尼。咸云。如是如

是三尼又曰。性功不圓者。驗不淳。命功不圓者。致不堅。氣質不聖者。用不神。三寶盡圓。返夫先天者。行之藉諸人。此卽至玄玄理。吾昔未之聞也。汝曹今可悟矣。否則兩大白謀何其疎。萬聖同寅何其懈。豈非有生以來。一大疑團哉。汝曹今而後。趁此生年月日。時時力行勿怠。盡此報身而證果。不亦宜乎。然治病要知源。病源不知。如何下手。兩大無心無慾者。然而好生。生多則乏。醫有子病補母。母病補子。若夫保極而新民。一法也。愛民而捍災。一法也。惟此醫世。乃有循環補濟。用用無窮。不費一錢。不勞絲力。坐而致之。功圓上昇。與其從事三千功。八百行。須藉人力。不若行去聲上同憑一念。操縱自由。而訣又不繁。乃反空度歲月。不亦惑乎。時哉時哉。幸毋待焉。此道光三年分所示者。又曰。兩大元復。則物產茂。生人良。人良則物茂。物茂則人良。人良物茂。非世泰乎。非有互相醫治之義乎。又何觀望乎哉。昔姑射晉山神人。姓許名晶。字子由。創醫兩大於堯舜時。而洪水平。苗民臣服。非明徵歟。葛陸問答。亦載此。其尤著者。佛說持世陀羅尼經。親授妙月長者於憍彌國。迄今西域受其賜。見諸內典。彭尺木。佛藏經。亦引之。厥功厥德。可勝量哉。吾宗以此道證果仙者。惟北派七子。然而盡人可學也。以昔未奉玉清神母懿旨。秘不敢泄。今則統沐懿旨。誥下三天。普勅三界。準行授受。無分男女。

三天三界。晝夜巡護。授持善信。有感斯應。魔無干犯。洵是開闢以來未有之遭逢。造化幸甚。億萬世幸甚。然貴有以身率者。余訣則以得合真一爲本。而功用總自胎息一節始。余知道不終隱。故昔降說述。存於茲山之龍嶠山房也。今更徹底宣示。未泄。汝曹應共懷遵。慎毋稍存期效念。無驗自驗。理如是。道如是也。呂祖之訓如此。有志斯道者。閱是書。必能發所未發。身體而力行之。三尼且默鑒之。此一得得採集呂祖遺訓。疏解是書之本意。上數條。均屬呂祖誕辰降示者。其餘強半採諸蔣元庭侍郎纂刻呂祖天仙正宗內集。侍郎有跋。謂聞雲南五華山藏有祖師醫世說經。似合內集所示立義。歷訪未得。得則擬以冠諸內集。蓋必有要妙存是經中。道藏未採。缺典也。一得竊以侍郎所聞。或卽雞足山本。得之傳聞。故有是經云云耳。蓋以陶律師原序覈之。決非經文。而謂呂祖醫世。亦誤也。識此以俟考。一得謹識。

# 孫不二元君法語

清靜散人著

## 坤道功夫次第第十四首

### 收心

吾身未有日。一氣已先存。似玉磨逾潤。如金煉豈昏。掃空生滅海。固守總持門。半黍虛靈處。融融火候溫。

### 養氣

本是無爲始。何期落後天。一聲纔出口。三寸已司權。況被塵勞耗。那堪疾病纏。子肥能益母。休道不迴旋。

### 行功

歛息凝神處。東方生氣來。萬緣都不著。一氣復歸臺。陰象宜前降。陽光許後栽。山頭并海底。雨過一聲雷。

### 斬龍

靜極能主動。陰陽相與模。風中擒玉兔。月裏捉金烏。著眼納緼候。留心順逆途。鵲橋重過處。丹氣復

歸爐。

### 養丹

縛虎歸真穴。牽龍漸益丹。性須澄似水。心欲靜如山。調息收金鼎。安神守玉關。日能增黍米。鶴髮復朱顏。

### 胎息

要得丹成速。先將幻境除。心心守靈藥。息息返乾初。炁復通三島。神忘合太虛。若來與若去。無處不真如。

### 符火

胎息絲絲處。須分動靜機。陽光當益進。陰魄要防飛。潭裏珠含景。山頭月吐輝。六時休少縱。灌溉藥苗肥。

### 接藥

一半玄機悟。丹頭如露凝。雖云能固命。安得煉成形。鼻觀純陽接。神鉛透體靈。哺含須慎重。完滿卽飛騰。

### 煉神

生前舍利子。一旦入吾懷。慎似持盈器。柔如撫幼孩。地門須固閉。天闕要先開。洗濯黃芽淨。山頭震



地雷。

服食

大冶成山澤。中含造化情。朝迎日鳥烈。夜吸月蟾精。時候丹能採。年華體自輕。元神來往處。萬竅發光明。

辟穀

既得餐靈氣。清冷肺腑奇。忘神無相著。合極有空離。朝食尋山芋。昏饑採澤芝。若將煙火混。體不履瑤池。

面壁

萬事皆云畢。凝然坐小龕。輕身乘紫炁。靜性濯清潭。烝混陰陽一。神同天地三。功完朝玉闕。長歎出煙嵐。

出神

身外復有身。非關幻術成。圓通此靈氣。活潑一元神。皓月凝金液。青蓮煉玉真。烹來烏兔髓。珠皎不愁貧。

冲舉

佳期方出谷。咫尺上神霄。玉女驂青鳳。金童獻絳桃。花前彈錦瑟。月下弄瓊簫。一旦仙凡隔。冷然渡

海潮。

女功內丹七首

不乘白鶴愛乘鸞。二十幢幡左右盤。偶入書壇尋一笑。降真香繞碧闌干。  
小春天氣暖風賒。日照江南處士家。催得臘梅先進蕊。素心人對素心花。  
資生資始總陰陽。無極能開太極光。心鏡勤磨明似月。大千一粟任昂藏。  
神氣須如夜氣清。從來至樂在無聲。幻中真處真中幻。且向銀盆弄化生。  
蓬島還須結伴遊。一身難上碧巖頭。若將枯寂爲修煉。弱水盈盈少便舟。  
養神惜氣似持盈。喜墜陽兮怒損陰。兩目內明馴虎尾。朦朧雙耳聽黃庭。  
荆棘須教剗盡芽。性中自有妙蓮花。一朝忽現光明象。識得渠時便是他。

孫不二元君法語終

## 序言

純陽子誓度衆生。已有九皇丹經註。爲男子修仙之津梁。不忍坐視女子。具有夙根。素存道念者。不得真傳。誤入岐途。淪於鬼趣。乃於己未孟冬朔日。乩臨煥彩樓。感不二仙子。誠將西王母口授魏元君真傳。原名女大金丹訣闡之。是書歷經魏金何麻樊鳳諸大女真佩行證授。數百年來。真傳錯雜。訛以傳訛。吾甚憫之。爰命不二仙子。息心刪訂。輯述授世。以續女真一脈。仙子別淨循傳。輯述以呈。箇中本末昭然矣。世之學道。遵行有路矣。敬以錄冊。申改女修正途九則。上仍冠以西王母三字。並請頒示女真九戒。以肅道風。共成十則。統沐慈准受授。亦遵玉清神母懿旨也。女功既圓。則自萬化生於身。坤德承乾。大可贊襄醫世。功成之日。身世並圓。業蒙詔下三天帝主。普救三界龍神一體。隸護造化幸甚。是乃開闢以來未有之遭逢。自今以後。不惟善女得立成真。善姑得立了道。天之所覆。地之所載。日月所照。霜露所墜。無不安如磐石。然尤貴能身率者。仙子勉諸。道用無邊。而道基還自十則始。是爲序。

不二元君孫貞一曰。女真丹書。世豈無有。率皆混雜曲說。以致妄徒穿鑿附會。自誣誣

世。甚有導墮精靈者。禍流肆蔓。道祖渾厚。僅以淪入鬼趣。慨之。然念女子。從一而終。失身莫追。元虧難修。何可誤墮。是乃人禽所由分也。貞一切痛久矣。幸沐道祖委刪訂輯。爰讎剔之。一循西王母女金丹訣文原本。參增玉清神母口授大道玄影。輯成九則。並錄呈鑑政。道不終隱。仰蒙申改。題曰西王母女修正途。冠以女真九戒文。共成十則。並請發明玄秘。俾知女子修真。地道無成而代有終。原有參贊化育之大道。大可身體而力行之。統沐慈准。便宜受授。從此女宗。不惟不墮歧途。且易直登天闕。道運之當重振也。敬立歡忭。拜序於武林煥彩樓。所以誌幸也。全真正宗道孫。孫貞一百拜謹序。

## 西王母女修正途十則

呂祖師申政重題

大師沈一炳授受業

閔一得註

孫元君遵別重述

沈陽一校

若曰。按女修。應受九戒。戒律曰。行持不退。大冇利益。戒果圓成。不經地獄之苦。生逢十善之家。名登紫府。位列仙班。今頒女修正途。應以九戒戒文。爲第一則。文曰。孝敬柔和。慎言不妒。貞靜持身。離諸穢行。惜諸物命。慈愍不殺。禮誦勤慎。斷絕葷酒。衣具質素。不事華飾。調攝性情。不生煩惱。不得數索<sup>音</sup>赴齋會。不得虐使奴僕。不得隱善揚惡。以上共九戒。能遵。方可受持正途。蓋以所頒。至珍至貴。不戒授受。爲褻天寶。授者受者。一體受罰。慎之慎之。

謹按全部。則則皆冠若曰兩字者。文成於述授之手。乃代西王祖母金口口宣。記者之詞。是猶佛經冠以如是我聞。道經冠以道言之義。又按此則則中九戒文。前人取冠於第一則則前。乃在淨身淨口淨壇等等文列。呂祖申政全部。始將戒文加以申說。纂作正文第一則。從此道不輕傳大義。開門見山矣。

若曰。女修正途第二則。題曰本命。蓋言女子陰質也。月象也。當十三四五六歲時。元炁充足。真血盈滿。有陰中之一陽。月圓之光正旺。至天癸一降。元炁遂破。真血遂泄。若到婚嫁之後。或生男女。元炁漸損。真血漸虧。雖月月有信水復生。卽月月有信水復傷。女命難修。在此一著。女欲保命還元。須尋修訣。得訣以修。功成甚速也。題曰本命者。蓋以女命還在天癸。天癸不化。命何能保。還元無日。無如修訣至珍。故以九戒文爲第一則。而以本命文爲第二則。先性後命之義。進體此則之下。接曰性原。蓋言修性正以保命耳。謹按全部。除去第一則。出自呂祖創纂。第二至九則。皆屬不二元君重訂輯成。復經呂祖手政者。意在明顯。故措詞從達。恐復因文掩義。貽誤後人。見者切勿以文欠古雅。疑非仙筆焉。至如第十則。全經呂祖纂出。蓋自申准以後。而續演政者也。

若曰。女修正途第三則。題曰性原。蓋言女子水性也。花質也。時當年少。知識已開。卽宜自飭。母任戲遊。兼戒奔馳。於斯時也。自有一點初經。含於內牝。如星如珠。乃是先天至寶。藏於坤腹之上。位在中黃之中。女子斯時。若知潔性。不看淫戲。不聽淫詞。舉止幽閑。動循內則。靜則釋如。則此一物。得附性天。便成元一。不變赤珠。不化天癸。無如凡女無知。童性喜動。或隨嬉戲。或逐跳奔。不無氣動心搖。精神內亂。真炁不固。則此星星天寶。

油然融化其熱如火奪門而下破扉而出舉世名曰天癸際此以後縱或守貞不字總是凡女也矣此無他不識性原之故志欲修還惟自下則修起焉

謹按內牝卽是牝戶以下又有泉扉亦名牝戶故以中黃之戶曰內牝云又按初經命寶不失知修則附性天而化元一古之聖女有行之者大士天妃此明證也世間不乏慧女可惜內無仙父母外無聖師友千慧千墮悲夫

若曰女修正途第四則題曰修經蓋言女子天癸已下真炁已破真血已虧不事修經真血日少真炁日虧縱欲精修有何益乎丹書曰竹破須將竹補宜其訣惟何凡有月信者先斬赤龍無月信者又須先復而再斬究其起手皆用周天之法於子午二時跨雀而坐萬緣放下叩齒七十二次以通肺膈二穴次用兩鼻微微呼吸三十六次以通周身血脈於斯時也誠恐炁從下泄必須雀跨加勁毋任放鬆須以兩手分叉臍下扉上以意往後向上而送約行三十六息再以兩手作托天必須分意存在尾閭導炁後達而升如是約行三十六息再行緩托三十六次急托三十六次則自覺尾閭氣動有騰騰上升之機趣如是後可將兩手放下仍叉兩腰加用兩肩往上直聳三十六次則自覺夾脊雙關肺膈等地氣勢動升而或有塞阻處加行咬緊牙關意存後頸往上直

提三十六次。則自覺王。粒。泥。丸。皆通矣。如是後。方用下。嘴。脣。包。上。嘴。脣。微微著力。則自覺沉丸之炁。下到鼻中低處。其時。只用舌搭天橋。無須著力。須以意存舌搭之處。甘露自降。乃於鼻中微帶縮法。以意送露嚥下。直降絳闕。存留片晌。方以意導向後退降。須分左右。達存兩腰。各旋三十六次。再以意導分向臍輪。左旋三十六次。右旋三十六次。則自覺滿腹通暢。於斯時也。兩手仍叉臍下。扉上以意分導。乃是左右同刻。齊提三十六次。則自覺有一點點入子宮。則須若存若忘。片晌而已。此字修經之大畧。箇中尚有無上活法。此字未可言也。然不外夫寂虛而視一句云。

謹按部位。子宮卽內牝。蓋卽男子之玄竅。丹書曰。陽曰玄。陰曰牝。合而言之。是卽老子所謂玄牝之門。黃帝陰符經載之奇音幾器也。曰奇器。曰玄竅。曰牝戶。曰子宮。名雖有四。而穴則一穴。謹按此則之以子宮言。蓋假人事以明之。然可見聖胎凡胎。皆結於此。又按不外夫句。蓋言有消息可體行。慎毋大意云耳。

若夫子宮。體得一陣熱。炁盤旋此時。泉扉更宜緊閉。莫教放鬆。得有逸趣。最忌念起。稍有戀情。便致徧體酥麻。非惟急宜定情。仙凡從此兩分。

言當緊閉。不可大意。扉閉稍鬆。真炁扉泄。下文云云。則更危矣。蓋以其時。扉內必有



非凡震癢。再經提閉。則此牝內。必得非常逸趣。不加定情。必致徧體酥麻。溜入情海。雖欲定情。恐不及矣。故曰仙凡從此兩分。大師太虛翁曰。法惟良背。厥情乃定。否則扉必洞開。精漏若注也矣。惜哉惜哉。

於斯時也。急須息心多時。寂俟子宮安靜而已。蓋卽魏元君寶歸北海安妥妥也。雖然。尙是黃葉之止兒啼。切莫認作結胎云。

謹按覺海卽南海。則此子宮卽北海。而位卻在中極中黃之北。蓋卽周易黃中通理之處。乃以前後爲南北。不以下上爲北南也。況有魏元君句足証乎。故必寂俟子宮安靜。乃可停功。竊按此則。是有赤龍而修。修至龍斬以後等功法。大宜靜體以行。一魯莽。功盡廢。故曰仙凡從此兩分云。又按此則。乃是全部圓影。所謂還元返本。造音至結胎。玄景已具。第是則就一身之天地五行。煉而還返之至寶。尙屬小還小返。大可日行時行而得。丹書所謂一粒復一粒者。是此至寶也。此則故以黃葉曉之。然於收取煨煉之訣。引歸安妥等等處所。乃是完完全全一部大還玄影。大宜體識。音志切勿魯莽看過。

若曰。女修正途第五則。題曰復還。蓋言世上女流。有年至老而身未淨者。有年僅四十

五六而龍已云斷者。皆當修致還元。一如處女樣。此功此法。卽前四則內之功之法也。但以往上後提者。改爲往前下注。流歸溪海。應嚙甘露。只許嚙。嚙留闕。不許下送。加用手摩乳溪。左旋三十六。右旋三十六。覺此闕溪。現有溶溶趣味。再加分摩兩乳。緩摩三十六。急摩三十六。先輕後重。亦各行三十六。共成百四零四之數。自覺兩房及溪之中。真炁綢繆。得有涼液如泉。出自雙關。湧歸南海。息心俟之。毋許心後分注兩腰。只許於中。宮萬緣放下。而卻絕不用夫引導等。等隨機散布而已。自覺漏體極清極和。如是行持。一日不間。弱自漸強。衰自漸壯。老者亦漸還少。而面有花色。兩乳漸收如處子。中漸結若桃核。如是百日之內。定得天癸色若胭脂水。三日之後。卽行四則內功。一毫不加不換。赤龍又自斬矣。然以得見現音日月而現。若雙環。乃爲真得云。

謹按道典。言有年老婦女。尙有信水。水非信水。乃是飲食之津。是經民相火烘而成。不歸肝脾之物。或變腸紅。或變赤帶。或成倒經。皆此物也。症皆屬虧。故與先期而斷。同用修復。一如處女樣後。方可從事斷龍耳。又按得見見字。當從現韻讀。蓋此見作現韻讀之。見乃是現兆。惟心寂體。乃可見也。現若之現。體之卽見也。按此兩字。義有淺深。不可魯莽讀過。

若曰。女修正途第六則。題曰乳房。蓋言乳房。上通心肺之津液。下澈血海之真汁。煉得乳房如處女小兒形。便是女換男體。其功法不外四則五則者。女子以血爲本也。而此則題旨。乃在煉赤返白。又患本虧。故有煉液化血一著。化液成血。莫如露露留闕。神注雙關。關內舊積泥去聲液。油然鎔化而溪歸海歸。血生必旺。其中精義。乃在第五則內。若欲化血返白。莫如意注溪房。口齒緊咬。加意虛寂心念。炁自歸溪達房。加用兩掌分揉兩乳。先緩後急。先輕後重。共行百四。零四炁聚倍旺。加意後退。分注兩腰。更以目神分率炁旋左右。共成七十有二息。必得炁烘若炙。更以意導繞輪。不計其數。必得下極若沸。則此赤化新白。必自化氣。穿閭升脊。踰枕透谷。斯時內現三山玄圃。不如淨境。急須從事忘忘。忽又冥冥成夜。我自寂守。久之。必自得。有電掣雷轟。露灑若注。華池充滿。嚙不勝嚙。油然降闕達臍。徧體清和。吾仍寂體以視之。如是百日不間。兩乳中壯者。平如小子。兩乳中空去聲者。實若核桃。一如處子。究其得如小子。乃從化白功足。得如處子者。功從化赤功足。吾宗遵行得驗者不少。著有詩詞者。鳳姑也。茲堪採以作証。其詩曰。左日右月一陰陽。關鼻內運名運罡。若欲陰陽歸日月。手把真火揉雙房。受者勉諸。謹按雙關。位在脊前宮後。關內有二穴。人身泥液之所踞。左曰膏。右曰育。藥力不能

到真炁不自至者。泥液踞禍一身。造化生人。乃爲設關以護心。故名其處曰雙關。夫液曰泥。似液而非液者。本屬飲食之所化。津類也。乘氣著肺。散布一身。以潤經絡者。此一物也。身內真炁旺。物經則化。爲用無窮。真炁若衰。物經不化。流注臟腑經絡。亦不爲害。惟適感至陰陰炁。乃成泥液。似精非精。壅塞炁道。而被注留最多處。雙關下極兩地。留禍最肆。莫如雙關。蓋以真炁不自至故。故其聚積。積若崑陰冰雪。歷經三伏而不化。雖有已上音幾土心罡。以防以護。神旺則安。神衰則危。古哲知之。故有聚神烘關一訣。而世罕得聞。知而行驗。載諸詩詞者。其惟鳳真。茲故取以印證也。然考鳳真遵行得驗。還仗先事虛寂心念一訣。惟能虛寂心念。故得神歸炁旺。加以注溪揉房工法。始得泥液鎔湧出關。達洋承煉。是得有無相濟之妙用耳。又按乳之左房通肝。右房通肺。溪則通心通腎。又通脾。故宜刻時觀注。然於平時。只須有意無意以持之。蓋以女子命根根於心。義得坤卦中爻而成離。伏有真火。然血以涼生。血旺而神安。故宜倍加虛寂。原是治病養生。復元成道之要地。第當行得清靜經。三觀觀法爲妙耳。

若曰。女修正途第七則。題曰玉液。蓋言男子清靜入手。功到運徹河車。真精保足。不出

玄關。逆流至頂。露灑天谷。沛下華池。亦名玉液。然以得到陰神出現。魂遊玉府。魄朝帝真。圓光罩頂。潮湧玄海。響澈玉清。乃真玉液之丹還。古真名曰醍醐灌頂。若夫女子玉液。乃是赤龍液化白鳳髓。厥髓充足。乃可從事逆流。不爲虛行故事。箇中功法。雖不離乎四則之所示。而妙義須循六則。蓋以能如是。方能用用無窮。是卽前賢所謂一粒復一粒。用取豈有竭。得到真種子。此事還當力。然其致足致得之由。總因克事虛寂心念。受者勉諸。

謹按此則。當引翠娥仙子自述一則註之。則曰。余昔從事還丹。法用人忘其人。法忘其法入手。時至則行。故能吾忘爲我。但自今斯明斯。指此還丹大事也。今日明明日斯。日忘其日。時忘其時。一旦天地亦無久之。而吾忽醒如悟如。寂聽寂視而已。然竟渾忘何事而事也。但覺炙如焚如。而後現有脂如油如。後乃北極之後。脂如油如。赤龍液化白鳳之髓也。無際無涯。若有聲。若無聲。時流時止。載激載噴。有時而懸若雪練。有時而淨若冰湖。時非一時。處非一處。目不爲眩。神不爲疲。忽於箇中。見見聞聞。卻足迷性者。吾於斯時。尙克自警曰。毋爲物誘。又忽覺曰。逝者如斯。蓋可頤指而氣使者。將起試之。忽又覺曰。天地與我同體者。返身內省。吾身諒亦同然。理果外然內亦然。則必內然外亦然也。於是反躬自

省。吾無有我。寂體久之。我乃現焉。然欲深入內省。絕無門竇。遽然如夢覺。覺此身中。中下下極。火熱如炙。聲發如雷。風聲潮聲。起自箇中。倏忽之間。穿閭升脊。透枕達谷。如注甘露。乃由鼻落。華池水滿。嚙不勝嚙。而時不半晌。已造音液湧南洋。尋將注腰繞臍。以鎔以冶。天地同體。外然內然。其信然矣。我於斯時。竟循常序。功竣乃退。云云 仙子所述。純是化工。想其平時。必克專事虛寂於前。進事忘忘於後者也。得故採以證印事是功法者。

若曰。女修正途第八則。題曰胎息。蓋言胎息。至道也。天梯也。女子還丹以後。精氣充足。與男同體。不假胎息。還虛無日也。夫此一息。功用無邊。而訣修至簡。然非盡人一成。其中大有差等。是非造物有以主之。造物亦自因物成物也。方人假寂以尋息。鼻無思也。無慮也。朝斯夕斯。一朝摸著祖竅。竅自洞開。不招也不拒也。翕然息與鼻合。浩浩兮無涯。冥冥兮莫測。不知祖是我。我是祖。一鼻呼吸。古哲名曰胎息。然此竅中陰陽五行。天地人物。皆生於此。息隨機感而機應。自成天水地人神鬼六等仙眷者。訣惟虛寂致極。德合真一而修。成天仙。德合玄一而修。成水仙。德合貞一而修。成地仙。德合精一而修。成人仙。以下二乘。德合情一而修。偏陽成神。偏陰成鬼。善人之證果。未可得謂真仙也。

左等致如是。種在機感機應。雖曰天賦。豈非自取。受者勉旃。

謹味則說。胎息一功。真至道。真天梯也。敢不勉旃。

若曰。女修正途第九則。題曰南無。蓋言女修大成。無如大士。乃苦行去聲薰修。修證佛菩薩。其得力乃在南無二字。二字之中。蘊藏玄義。惟能體守此身。卽佛。猶如一座晶製七級浮屠。安鎮普陀巖上。座前有個紅孩兒。乃是識神領袖。大士一任他東參西參。參到五十三參。參參見佛。公案了了。繼憑南洋龍女捧獻自在玄珠。乃用紫竹林隔住。旋任白鸚鵡上下飛舞。手持清淨瓶。插住楊柳枝兒。收取自然甘露水。穩坐普陀巖上。用哆囉之法。以一唵字。放在真意之地。收得至寶。放在魚籃之中。念伽囉伐哆。將一切娑婆。縱在南海。海中由他波浪滾滾。俺只自在觀自在。此一部大法。卻少不得第四則內功。尤當息息出自上則。則自步步返真虛真寂。功圓行去聲滿。乃得與大士相視而笑。穆如釋如也矣。受者勉諸。

謹按此則。純以化工了化機。只許意會。毋許饒舌。但自懃懃懇懇於南無。體守此身。卽佛。活活潑潑。無住無所焉而已。

若曰。女修正途第十則。題曰慎終。蓋言女子。坤德也。地道無成而代有終者。是亦應行。

贊襄化育於光天化日之下也。而功仍自虛寂入手。不費分文。不勞絲力。坐而致之。人莫知之。而德參造化。是蓋卽身以醫世也。而功純以調心虛寂爲用。調至胸懷清靜。而天都泰安。調至坤腹通泰。而閭閻富庶。調至四肢通暢。而四夷安靖。如是體調而身安。身安而世治。響應如是。故能一刻清和。卽有一刻實德。雖不見效。而效自有焉。第恐素學未淳。三田不貫。蓋未有一身未濟。而能得濟世才也。訣惟朝斯夕斯。人一己百。人十己千。雖愚必明也。受者勉諸。

謹按此則。乃是西王祖母準重頒授全部。不二元君。乃邈玉清神母口授醫世大道。輯易昔傳末則。以殿音則末。信屬開闢以來。未有之曠典。呂祖謂爲造化幸甚。元君謂爲道運之當重振。其有厚望於後學如此。得願得見是書者。互相勸勉云。

西王母女修正途十則終



# 泥丸李祖師女宗雙修寶筏

太虛翁沈大師述并註

受業弟閔一得謹重訂正

## 女功指南

### 第一則

泥丸氏曰。女功進步。初則止念。繼則調心。念止心調。便可從事按摩矣。法忌避炎就涼。蓋女以血爲本者。其性偏陰。陰性喜涼。不假按摩以微行氣機。則易淪入純陰。陰則涼。涼則水如。不加以以動運。釀成痰凝血淤等病。而功難行矣。然須從止念調心始。女屬坤。而坤藏真火。火伏則吉。火發燦金。不調而運。金遭火逼。則有翰音登天之象。故女修訣。惟從止念調心始。止念調心。功不厭多。亦不忌久行者。靜中有動也。

太虛氏曰。念止則氣純。心調則氣和。續行按摩。則有陽發之機。慮或機鬱躁生。故復示戒。且凡女性喜涼惡熱。而初得止念調心。和趣中。或遭機鬱躁生景象。必起提灌真陰之念。此純陰淘聚之由。蓋靜則陰凝。不動則陽鬱。初學必有此弊。不知推究發躁生煩之由。遽求得涼快一時。誤矣。必須加功用運通氣機之法。氣行則躁自釋。不

悟此而求效。適更增病。此又痰凝血淤之所由致也。故切戒之。法惟續事按摩者。正以杜斯淤凝之竇。又以人情樂功喜進。或致按摩過猛。地火焰騰。凡火從之。則有燦金之弊。故有翰音登天之戒。翰音者。酉禽也。逼之極。則飛走上登。故又申說止念調心之妙。蓋示此則爲女宗澈始澈終之要訣云爾。

## 第二則

泥丸氏曰。女子精修。以陽旺爲始。而以陰格爲終。此法至秘。知者鮮矣。迷者循修男訣。智者趨向禪宗。亦克自證一果。得有立亡坐化之效。不知仍淪鬼趣。離道遠矣。蓋女以血爲本者。血旺則精盈。心涼則生血。古云液血之煉。血精之化。還仗神清。血無液化。液失神烘。液泥聲去成痰。流注脾胃。蒸升著肺。散流經絡。百病翬生。五臟被災。六腑遭厄。故古丹訣。必先息心。心息定而神清。心斯涼矣。故必當俟心涼。液湧然後念注乳溪。加以用手旋摩。務使氣機洋溢。次舉兩手分旋其房。亦惟俟此細溫週繞。更覺煖氣後烘。雙關得有烟燄勢。逼透關滿。關泥液分沛乳溪。一如泉湧。旋以真意導入南洋。寂而守之。約有四九之息。舍意一鬆。覺此箇中。油然而降。分注兩腰。左右盤旋。各約神息四九之數。乃一意引聚臍輪深處。緩旋四十九。急旋四十九。察吾尾閭煖炁後穿。如或勢緩可

用提縮二便法。自得穿尾升脊。上過崑崙。降注泥丸。覺此泥丸寬廣如海。自可停留涵育。既而降注華池絳闕。大地闔浮。露珠沛灑。混忘所事。但覺恍焉惚焉。不呼自呼。不吸自吸。不提自提。不嚥自嚥。此中滋味甘香。氣神充和三田一貫。已而玄況四塞。急須內顧。順將萬緣放下。旋覺身虛若谷。大地亦無。隱隱涼氣襲人。網緼四塞。忽復霧散雲收。下現性海。碧波澄如我總。一念不動。忘境忘情。忽現金光萬道。細雨如珠。隨光下注。左旋右轉。化成皓月。浮沉晶海。遽然如夢而醒。泥丸氏曰。此際卽須內省此身。斯時以氣爽神清。遍體和暢。爲得得則全身照凝。片時以意注牝。覺得此中恬泰。是矣。遂復摩手摩面。運神繞腹。雙脊轆轤俱各共行。四十九息。徐徐扭腰擺灑。膝腿坐點。趾尖各行二十四息而止。行之百日。日行三次無間。天仙根基立矣。

太虛氏曰。此則大略。古名上天梯。入道丹訣在是。祇欠末後大著。後之學者。務先熟讀字字體去。息心默會。日十百遍。則行功時。如入熟徑。不爲境迷。從或現象稍異。而層次井然。切戒學者持作西遊記看過。蓋男子丹經。汗牛充棟。女子丹經。世少全冊。得如金華直指一十八則。已屬不傳之祕。得此指南以合參之。坤道天仙祕訣備矣。若僅得夫直指。地仙人仙而已矣。

### 第三則

二〇〇

泥丸氏曰。男子雙修不用鼎。用鼎終非得道人。添油小術非真訣。真訣三才爲一身。女子雙修總一般。無含三有育成丹。箇中真一如倉粟。造化爲爐熟任餐。又曰。可知世有無遮會。種子原來徧大千。假個壇場作爐鼎。虛能去後失真傳。又曰。吾說此偈。天龍八部。應各驚駭。謂吾饒舌。恐遭玄罰。而我暢言之者。蓋承玉清神母懿旨。謂惜大道絕傳。曾救不二聖姑。鄭重宣示。口以授我。意在直泄。毋復假名易號。重誤後人。其說曰。孤修非至道。同類自相須。身外有身者。形忘堪事諸。其訣曰。乾元得自頂。坤元失自牝。人元徧大千。三元一心領。不外心寂虛。不外身無梗。動靜合真常。我無元自併。元併一亦併。一元卽情性。情乃性之元。性爲才共稟。能無元一化。自超無上品。是乃玉清神母之懿旨。不二聖姑之口授也。能者從之。

太虛氏曰。同類相須。太極之理。是卽所謂二五之精。妙合而凝也。悟真內外。全部參同。所言只此一理。世人誤會。乃有三峯之穢行。今得師訓。千百載心傳始白。炳何幸而得授。炳乃太虛翁派名也世何幸而得明。是爲男女二宗末後大著。第非具有慧力。鮮克有終者。炳昧宗旨。法惟無我。乃能無物。物我兩忘。真一乃現。真一已現。循一以持。一自

相鎔。化化生生。無窮無已。箇中皇道。莫如無遮佛會。丹書所謂生龍活虎。徧滿虛空。炳於斯會見之。然須一循古制。乃無悔吝。以斯會也。其義至密。而迹至顯者。切莫誤會。夫所謂密。密在一心。有得有失。人莫得而知者。是。其所謂顯。顯若市聚。行行止止。纖毫無隱者。是。惟其則法乃爾。故能不爲世忌。噫。哲人之心苦矣。哲人之見遠矣。

#### 第四則

泥丸氏曰。然。古聖有云。凡質不化。了道無期。功行去聲不圓。證果無日。躡等而進。適證岐迷。不圓而證。下品小果。學者懷此慈示。須預煉得法身堅固。則有受煨之基。此基不立。未可與言上則也。上則所事。純是化工。而步步起自色身。是乃寓虛於實。卽實致虛之作用。天仙功法如此。

太虛氏曰。法身者。身外之身也。夫此一身。非存想所得有。非法煉所能成。其訣。則借假修真。其加修。不外色身。訣惟煉此色身。內外貞白。是身非身。非身是身。所謂功舉則身無。功停則身有。方其無時。一切寒煖覺非我。一切痛癢覺非我。所謂覺而勿著者是也。如何得能。法惟神宅虛無。身不爲身。則能之。能識真一。一外皆幻者。更能之。如是煉至無遠無近。無內無外。則更進矣。加修至夫無去無來。無入無出。則真造夫。

無遠無近。無內無外也矣。再能加修。夫無起無滅。無動無靜。斯真無去來出入矣。如是。則已具法身淨境矣。然不外於色身中討之。

### 第五則

泥丸氏曰。真陽之言是。真陽太虛氏之號。爲泥丸氏所贈也。如是精修。法身自具。如是不退。身外有身。汝須知古哲。必藉末後大著。以下道者。乃是了道中之捷徑耳。蓋以一身之真陰真陽有限。從而煉之。不外後先互煨。平時煉得此訣。非無日增月壘之效。無如一身後天凡壘。亦有日生月增之勢。縱能勇於精修。而遭大厄者。古今不少。良可憫也。無他。總緣一身之真先。多寡可計。而一身之僞後。滋長莫測。況修不自童真。沾染破敗。人人難免乎。汝於此。可爲世人懼矣。

太虛氏曰。飲水飲湯。冷煖自覺。苟其法身已具。所謂調護之訣。收放之宜。無勞訪得者。固已有內驗足審也。卽或法身未具。所謂調護之訣。收放之宜。亦祇宜於一身中尋其消息者。亦不外乎塞通升降寒溫燥潤也。於此而施其則法者。夫豈外乎寒者通之。寒者溫之。燥者潤之。循環顛倒於其間乎。其大旨。以專以柔。不爲物誘。調其心炁。一其氣機。知此身爲寄器。凡夫按摩提縮。與諸存運。頻加者。不過靈活其氣機焉。

而已。苟其罔機已靈且活。法惟專柔爲主。念起卽化。一收卽休。慎毋騎牛覓牛。收不知休。是名頭上安頭。卽如通充升降溫涼平潤等驗得之。皆忌粘滯。亦猶收當知休之義耳。準此以修以養。萬無脫斃之虞。炳見如是。

### 第六則

泥丸氏曰。然。汝言是。女之神飛。男之精泥。去聲皆緣頭上安頭之故。蓋神之所戀者。精也。神凝精平則安。精涸神孤則飛。不知者謬爲蛻化。大可哀也。於是可知過行按摩存注之非。其故何哉。女子內陰而外陽。卦義屬離。而真陰每隨月信漏失。故靜勝動者吉。動勝靜者凶。男子以精爲本。女子以血爲本。精以煖旺。血以涼生。知此。則知所以養矣。女功之不廢。按摩存注者。其義有二。一以通其氣機。則經絡疏暢。二以煉其津液。不使液滯化痰。而液乃化血。古哲謂以靜存爲宗者。亦有二義。君安臣庶安。則神清不飛。又靜則慧生。不爲慾攪。而命得保固。此則一己雙修之訣也。氣機既舒。志意淨寂。加之以充和。繼之以貞白。日計不足。月計有餘。踵而事之。一旦證夫身等虛空。三田一貫。惟覺肢肢節節。竅竅光明。功脩至此。一己之身外身具矣。果能踵事不退。神足氣充。念不外馳。則神不逐念。血生必旺。真陰亦足。氣精自有彌天塞地局境。然或逐念騰飛。便墮二乘。

丹書所謂陰神出殼是也。學者不可不戒。

太虛氏曰。炳嘗聞諸夫子。神者心神。守而不飛者。戀精而守也。精一涸。則神飛矣。精者腎精。精之不泥者。得神以御耳。蓋此泥精。尙非元精。乃是液類。血且未成者是也。眞神一離。斯精乃泥凝矣。易曰。一陰一陽之謂道。偈曰。半觔八兩始成眞。又曰。孤陰不生。獨陽不長。乾坤坎離。震巽兌艮。地天日月。性命男女。一陰陽也。循環終始。謂之常道。修或一乘。感或一偏。便成弊政。又曰。大凡人之初修。惟在一身。中求配合。而第有先後之分。先者曰眞。後者曰假。原夫假育於眞。眞亦名假。假返於眞。便亦名元。探或失時。或著色相。便落旁徑。卽成凡幻。大足爲患。然猶有救。其最烈者。莫如孤修。功足之候。感入杳冥。而念或一偏。則格致亦偏。雖求中止。事不及矣。女則神飛。男則精泥。可不慎哉。噫。要知崔公入藥鏡。是性命。非神氣。曰神曰精者。猶如黃葉止兒啼也。不識眞金。焉辨黃葉。鍾祖有言曰。四大一身皆屬陰。不知何物是陽精。有緣遭遇明師指。得道神仙只事身。又云。有無交入爲丹本。隱顯相扶是水金。莫執此身云是道。獨修一物是孤陰。合之師示。蓋有所謂眞種子者在歟。然不外於此身求者。其旨玄矣。



## 第七則

泥丸氏曰。然。道德經云。有物混成。先天地生。寂兮寥兮。獨立而不改。周行而不殆。可以爲天下母。吾不知其名。強名曰道。又云。恍兮惚兮。其中有物。杳兮冥兮。其中有精。其精甚真。其中有信。蓋此一物。門在形山。古人有言。不在身中求。不在身外採。恍恍又惚惚。似在虛無杳冥之間。而不外乎玄關一竅。此一竅也。其大無外。其小無內。思之不得。運之不開。法惟身等虛無。萬緣放下。空忘其空。寂忘其寂者。神自入殼。炁自內出。氣體綢繆。無頭無尾者。是此物之發現。身外身之始兆也。此竅不開。縱能斷龍神化。尙是黃葉之幻。有幻無也。何得謂之結胎。何得謂之入門。前則所示。尙是黃葉。非真金也。

太虛氏曰。按摩雖妄。棄之則氣機不通。注想亦誣。廢之則炁精不足。踵而上之。修至有物無物。而師意猶未許爲究竟者。以猶是這邊事耳。雖然。這邊事盡。那邊易通。那邊未通。機隔重山。其通也。以念引之。油然沛然。四鄰自至。故雖隔山隔湖。而氣機之通。有如覲面。其法惟何。聞之師云。放光以引之。攝心以俟之。若彼升我降。彼退我歸。會而已矣。無益也。法惟於不寂中。寂然不動。虛而善受。氣機一到。覺有諸暢之趣。仍自寂然不動。以意包攝之。深藏內煉。由坤達艮。乘槎入漢。覺有金光電掣。涼氣彌空。

如雲如烟。繞身內外。於斯時也。戒雜人意。或慕或疑。念起立撤之。覺有一種氣機。油然而充塞於中。無有內外。無有邊際。倏忽之間。變態疊現。難以計算。莫之能繪。莫之能說。然亦有寂無光耀。黑漆成夜者。是皆謂之玄影。又名彼岸圓像。實則彼我圓圖。謂之華嚴楞嚴法華三境。三山十洲玄景。其實彼我化工之氣機。彼岸非彼岸也。而彼岸得證。又不外此。師云。某嘗質諸清淨元君。元君曰。如是如是。又曰。男功何獨不然。

### 第八則

泥丸氏曰。偈有之。翻來覆去乾坤事。二炁交精合良金。又曰。鷹拿燕雀。鷗打寒鴉。細中之細。妙中之妙。而不外夫知白守黑。知雄守雌。又豈外夫存無守有也哉。

太虛氏曰。道德南華。非女子所能日誦。清淨一經。讀之宜熟。內則宜崇。外惟坤寧貞。一二經歟。蓋性不徹者。命難存。戒不嚴者。功不篤也。昧師引偈。其義隱奧。詎易測。雖沐揭示上上法。凡女何知。依然洋望。天下比比也。蓋含全部火記於中。熟讀黃帝陰符。參看龍虎參同。悟真。乃可與言是則也。炳爲畧示端倪。曰。翻來自覆去。其事有循環。識得一中一。參參一在前。都來只二炁。精交影萬端。身無一乃現。能包彼大千。大千影燦燦。燦燦是彼元。不爲元引去。元始卽吾元。元元不一一。一一一無全。寂然

不撒手。功夫豈等閒。雀燕由渠燕。鴉寒亦聽寒。不飢時不到。時到任吾餐。是爲妙中妙。玄中更有玄。白知故守黑。渾忘得大全。問渠何得爾。極無極具焉。師之精義蓋如此。雖然有無自相生。取捨須循一也。色身不化。百事無成者。

### 第九則

泥丸氏曰。善哉。汝說也。語有諸。欲事超凡。先淨凡思。繼空三界。而不愆內則。不媚鬼神。孝敬慈祥。無違夫子。柔順利貞。不違坤道。動則循理。靜則釋如。寓道妙於執筭執籌。悟火候於執爨執炊。詩曰。委委佗佗。如山如河。之子不淑。云如之何。其垂戒也。謂何如哉。太虛氏曰。師此一則。其旨微矣。慨夫世之皈道皈釋者。鮮循內則。罕識性宗。能柔順以事師長。每嫉狠以悖倫常。其弟其師。不齒於名教。抑將自投於鐵圍阿鼻也。不亦哀哉。一得曰。我師太虛翁無上大道。得傳於師祖泥丸氏者。十有八九。更於此書見矣。按此箇中心傳。豈僅女宗之寶筏。男宗枕秘。於中逗透者。不一而足。原本蓋由輾轉傳寫。頗多訛舛。謹訂正而釐定之。惜有男宗雙修寶筏。爲長山袁氏攜去。待訪之。應未失也。蓋男宗書中。亦逗女宗寶秘。而其謄本。乃亦大有脫簡。若得而訂正之。合刻之。斯成完璧。兩書得以會叅矣。度世之功不小也。識此以告得男宗書之君子云。

燬去善書。必遭冥罰。見諸經典。可不戒哉。金蓋山人閔一得謹跋。時維道光十年。歲次庚寅。孟秋望日。

泥丸李祖師女宗雙修寶筏終

道藏精華第一集之八  
文山遜叟蕭天石主編

# 全真法脈清規全指

自由出版社印行



# 全真法脈清規全指序

蕭天石

是書原名「清規元妙」，爲金蓋山人閔小良真人傳述，乃北派龍門宗血脈嫡傳。修道首重宗源，傳道須明法脈。道家東華帝君一脈，由呂祖遞傳至王重陽祖師，廣度七真，而開「全真道教」一脈，弘張法乳，廣佈萬方；迄今猶盛極不衰。昔聞先師傳授「全真神訣法」有云：「陰符三百字，道德五千言。義易元無易，混元一脈傳。」又云：「乾坤本來無一物，二炁相感自玄玄。神化萬千皆自得，無盡生機無盡玄。」本書自重陽祖師以下血脈嫡傳：如龍門邱祖、隨山劉祖、南無譚祖、遇仙馬祖、華山郝祖、崑山王祖、清靜孫祖等七真法脈，無不詳舉。凡全真雲水應遵守之清規，應參究之丹經，應具備之威儀法祖，應涵養之道骨仙風；微妙神通等無不備舉。除七真宗派外，并勞及許真君之靜明派，薩真君之西河派，老君混元派，茅山靜一派，洞庭金丹派，乾元觀之閔祖派，尹真人之樓觀派、張三丰之新派；等，無不悉列，以備旁參。本書并揭櫫全真內修應深參之五經四書，五經爲陰符經、道德經、黃庭經、清靜經、龍虎經。四書則爲參同契、悟真篇、三皇玉訣、青華秘文等是。并述及全真外修，亦復有五經四書。此則用以輔上舉內修之五經四書所不及也，對於全真各種應嚴守之戒律，應具備之威儀，行住坐臥應具之法相，修

道修丹之心法戒律，無不縷述無遺。總內外二集所述，全道修道學道之事，可謂鉅細詳備，止矣盡矣，不可以加矣。守而行之，行而勿失！則羽化登真之事畢矣。

人莫不飲食也，鮮能知味也；人莫不呼吸也，鮮能知法也；人莫不自愛其生自重其生也，鮮能知「道」也，鮮能知其訣與法也。大凡天下事，最易者最難，而最難者最易。人生日用常行事，即是仙佛聖人功！穿衣吃飯，担水砍柴，行住坐臥，人莫不能之，莫不日夜行之；凡夫如是，仙佛聖人亦莫不如是，然而二者之會心與神韻，及其所能體會到之境界，實各有天壤之別；人生在世，莫不各自依樣畫葫蘆，葫蘆雖同，境界不同，而所會各異；隔山如隔萬重山；差之毫釐，謬以千里也！仙佛聖人，與凡夫俗子，本來無別！脚跟點地，切實做人，則仙佛聖人，當下即是！即古佛所謂：「脫下伽裟皆羅漢，不着金身盡菩薩」者是。

中華民國七十一年五月五日文山遯叟蕭天石於文山精舍



清規元妙



關川先生遺像

休寧程廷甲敬題



我若省非渺問  
忘持二省二景  
景問復非太是金  
豈兩省二虛何蓋  
真問省中為山  
我巳真應贅真農  
覺惹如作此幻自  
景莊持如壹隨頭  
豈生兩是身時  
幻歎端觀景省

大哉閔子三尼  
承宣危微精一  
庸行庸言厥中  
枕秘獨曰心傳  
讀先生之混化  
知至道之凝焉

受業薛陽桂百拜

謹題



--	--	--	--

寶誥

太妙天史。西竺真仙。降生承德行家聲。修已證道宗師表。度神度人度鬼。宏開選仙道場。復命復性復元。大闡還源密諦。贊文尼而醫世。陰符造化之元功。返無極以朝真。特證瑤天之右相。大悲大愿。大慧大仁。東華密部。開科初祖。太乙心法。啟化祖師。中天救劫大仙。雷艷嶽瀆都巡按。定梵妙行真人。玉清師相。經綸演政使司。神璣明德真君。大慈救劫天尊。

寶誥

運承唯渥。德業維新。開天地玄元之化。掌乾坤垢復之機。心

傳道德五千言。行立陰符三百訣。闡先聖之遺秘。混化三元。  
秉中正之真誠。庸言庸行。教闡龍門真種子。綱維西竺大勳  
臣。秉鐸金峰。代佛揚化。果證伽陀演法尊。龍樹通慧菩薩。  
大慈大化。大德大仁。玉斗右宮。瑤天副相。九天協化。神璣明  
德真君。通儒妙行天尊。

唯音委



# 遺言

好爲苟難。耽悞一世。作異矜奇。全不濟事。只此平常。還源密諦。三百日圓。時時如是。

祖師殿簷金峰半席匾。換九天演政四字。

山中日用清規。悉照舊章。勿改。國課務要早完。勿可拖欠。雲根雲山俱好的。飯疏飲水。道家風味。勤儉度日。常住總過得去的。勤能補拙。儉以養廉。

我不及到丙辰年了。我今於冬至日。演政府受事。取材以能。盡庸言庸行者爲上。奇功卓行者次之。奇功卓行。有遇機緣。

成的。有一時高興做出的。有心有力者。可勉爲之。倘生平言行不純粹。仍瑜不掩瑕也。庸言庸行。非純粹於道者。不能功行非難。用中爲難。庸乎至中。一以貫通。門下諸君子有問。汝代我答之。導之不問。勿強教。我生平誨人。却有不倦之意。然強教是我毛病。徒然言者諄諄。聽者藐藐。汝可不必。不問而教。言之無益。我所著書十幾種。其中多有隨地隨人。補偏救弊說法。不是經常公正之論。最元妙顯豁者。是大滌洞音。天仙心傳。是不朽的。丹法節次。也是我一部正書。此皆是太虛的傳。語易三姪

我自題一聯。爲我錄出。修道祇爲求己志。著書未盡度人心。  
又有一聯。不失其赤子之心。善養吾浩然之氣。爲錄楹帖。垂  
示後人。山家俱可用。

孝弟是立身根本。不孝不弟。不可爲人。

三足烏。三足兔。日月合璧。性情交錯。何陰非陽。何新非故。精  
氣爲物。何物非我。何物非我。何類不度。

天地混闢。不過動靜。人身死生。不過動靜。譬如出陣。戰罷自  
靜。譬如戲場。做罷卽靜。○可知動處皆情。靜卽自性。

自性本靜。靜久自動。動而專一。是大把柄。一歸其根。仍復於

靜。靜曰復命。卽是密諦。

專一。是敬以直內。動不專一。是散亂矣。散亂復靜。是昏潰矣。所以動心。必要專一。是擇善而固執之道理。動時專一。動畢還靜。心神安醒。方是清明在躬。

在天賦我時。謂之命。我得於天。卽謂之性。天命之謂性。性卽是命。性外問命工。悞了古今來多少英材。所以丹書著得。不  
明白。實爲可恨。○咳。命寶不宜輕弄。

人到壯年。精是至寶。泄去了。不復生長矣。  
汝等須要奮志讀書。方可復振家聲。

但於動際求專。莫向靜中尋。一但作動靜觀。勿作去留見。無往亦非來。我故常自在。動靜都不是。放下兩頭看。我今常自在。無動亦非靜。箇裏自惺惺。天人物我並。無天地人物。亦無所謂我。但聞花雨聲。滴滴皆歸土。

頃間有一白衣人。又一黑衣人。我打發他過去了。○這所見的。想就是無常。莫必我心對他說。無常無常。我得主而有常。莫必莫必。吾無意而無必。他都不見了。這不是鬼。還是自家魂魄的影子。

信天翁。信天翁。自然得安穩。

時人不識予心樂。將謂偷閒學少年。要會偷閒心。清神自閒耳。

回首人間世。等閒八十年。白雲還自散。明月又重圓。書要從頭檢。功須澈底專。生平未了事。後我好仔肩。我九歲皈道。到今完得不增不減。你們要曉得。減了固是缺陷。若增點。又是累墜。都不是的。要曉得。你們大家要曉得。

不肖傳臣泣血謹述

坤孫沈來仁敬刊

## 自述

人之齒數懸弧之始曰生臘。皈依玄門者數就傅之始曰道臘。蓋生我者父母。成我者師傅也。余初生先慈夢見天際下一紅燈約有三尺許。恍若照頂直落冉冉到胸際。以裾承之。攜入室。腹大震。遂分娩。時先嚴假寐書室。見道士三人貌清癯。一老叟二少年一少年呈名紙曰家師至矣。接視之。硃紙一片上署曰貝懶雲。老者向前稽首。遽入內。急止之。忽不見。僕婦陳兌二扣扉曰起起。主母已生產男也。是時先嚴心知爲貝叟降生矣。按洞霄潘誌。貝大欽號懶雲。南宋時人。奉詔

住持洞霄宮者。余生而足弱。膝骨大僅如豆。九歲猶不能行。奉庭訓讀書。然不能赴試。十餘齡時。夢遊仙山。松柏千尋。殿閣參差。隱現於翡翠叢中。有道士二三人。若素相識。授以導引之法。醒而如法行之。未及百日。兩膝骨大如錢。漸能行矣。又數年。忽染患鬱鬱無生理。先嚴選授仙居廣文。余侍從路過天台之紫陽宮。宮爲崇道觀下院。按崇道卽古桐柏宮。開山祖爲仙人王子晉。司馬承禎式廊之。其後屢興屢廢。雍正間已爲豪貴侵佔。龍門道士范清一。來自茅山。釐舊址。造道院。其時紫陽張祖大顯靈異。奉



勅重建額曰崇道觀。命焉煥焉。主是觀者曰高東离。大學士高諱晉之伯父行也。年已百有十歲矣。侍司知眾者歸安人。姓沈。名一炳。化號太虛。與先嚴爲中表昆季。中途訪之。余得隨入山。所歷山境。彷彿舊遊。道侶皆一一若曾相識。予戀戀不能去。東离老人云。汝居此。疾可愈。先嚴憐之。遂留勿行。越三載。疾果瘳。精神強固。遵古制以抵山之歲爲初生。所謂道臘也。其後出山省親。不復以功名爲念。先嚴慈亦聽之。但諭勿廢詩書耳。數年中。尋山問水。矻矻無倦。遂遊楚漢間。是時先叔峙庭先生任湖北方岳。石君朱文正公任廉訪。二公皆虔

奉呂祖一日降壇諭予曰。爾本高僧。勿迷也。富貴路隘而險。勿迷也。且青山白雲。較諸富貴若何。能省。他日領袖一山。蓋知余有金蓋山息轍之日也。余年方壯。逐逐於塵市。志欲積功行。而未悟大道。數十年中。揮金以數十萬許。後乃窘甚。然砥行自勉。如還人遺金。救人厄難。小善亦時有之。和相國欲招致門下。以計脫。遂隱。而道臘已逾二旬。又數年。先嚴心動。促就滇南。而先嚴卽於是歲季冬二十三日辭世。奔歸守制。服除。先慈又辭世。大事旣畢。始入金蓋。不復作出山計。生平屢遭磨折。雖若有夙因。豈非自作孽乎。初余在滇南。遇難足。

道者黃真人。示以呂祖三尼醫世說述。謂猶佛說持世陀羅尼經。子歸訪求。誠必自得。豈僅得如石君搆訪詳善本已哉。既越若干年。果得三尼醫世功訣。竊欲纂訂成科。而余道臘已高。近又繼得佛說持世陀羅尼經。因緣湊集。乃并彙輯所述各種。合爲一編。皆吾昔日聞教于先師往哲。種種微言奧旨。錄呈世之同志。尋繹是編。能承能暢。可久可大。既識身心。自明身世。三才一吾。大可卽身以治世者。此道旣傳。庶不負我先師往哲。在在接引小子之玄義。乃正曲全先嚴心動。促就滇南之妙用。蓋以滇南不遊。神人不遇。豈僅醫世莫證。持

世更無緣訪也矣。可不知所勉乎。爰爲述以自勉云。得者諒諸道光乙未春王正月朔金蓋山人閔一得拜手自述

清規元妙全真叅訪外集

右集纂自碧雲子而訂正于逍遙客我山僻在吳興金蓋  
道衆樂聞爰爲重梓閔小艮敬跋 規矩須知

天府考試仙裔法派

道有宗源仙有法派法派不明其人不真宗源不清其來  
必濁所以全真叅訪必明法派宗源而後遊福地名山從  
東華帝君一脉五傳之下至於

王重陽祖師全真道教通於四海故法派說因重陽一度  
七真丘劉譚馬郝王孫是也七派之裔各有名號派詩凡

血派滴傳必知派目。一曰龍門丘祖。二曰隨山劉祖。三曰南無譚祖。四曰遇仙馬祖。五曰華山郝祖。六曰嵒山王祖。七曰清淨孫祖。以此七真仙派歷傳綿久。凡與方外萍水相逢。言起派脉不真。必有偽雜。若或竊聞強知名爲冒食兒。若遇此者。必須盤問。審其道學。察其虛實。如不能究徹元微。參悟道妙。而機鋒傍雜。言語支離。謂之貢高我慢之流。混玷仙風也。

一凡全真雲水。有隨身七寶物件。一蒲團。方外煉魔也。二衲衣。攝伏心性也。三單瓢。儆賢飲食也。四棕笠。備風雨霜雪。

也五棕扇拂開塵事也六青囊秘藏丹經也七扁拐彰大道清風明月也如若全備問之有答言義無虛謂之博學之士其內尤恐有賴教遊食輩酒之輩或有被套包裹鋪程脫衣而睡者是爲詐入元門來歷不真不可不察也

一凡全真所戴之巾有九種。一曰唐巾。二曰冲和。三曰浩然。四曰逍遙。五曰紫陽。六曰一字。七曰綸巾。八曰三教。九曰九陽。如是九式惟用唐巾者因唐朝。

呂純陽祖師之式故戴唐巾。謂純陽之裔也。或老者冲和。或少者逍遙。或冷者幅巾。或雪者浩然。中常紫陽一字。上等

有道之士。初真戒。綸巾。偃月冠。中極戒。三教巾。三台冠。天仙戒。冲和巾。五嶽冠。巾皆用元色布。緞所置。元爲天。頭圓象天。天一生水。水機於道。尊道故頂於首也。或戴九陽等巾。紗緞所置。乃九流雜人。定詣應法等門。非真修之士也。或蓬頭了髻。或清風綉頭簪冠。或身穿衲衣。混元三皇。千針書本。二仙懶衲等衣。或腰繫九股縹。呂公縹。一氣縹。或手提風火棕拂。或手擎五明降鬼扇。或跣足。或多耳麻鞋。或草鞋棕履。此內有虛實不同。察其威儀。規矩。學問。修持。叩其踪跡。法派。經典。功課之事。少或不全。其中必假外相。



既不能全。內修亦未能通。如若俗衣小帽盤髻素珠。乃愚昧下人齋公之類。更恐內有異端邪教。理宜覺察。不可不知也。

一凡全真掛單。始進叢林。或名山宮觀菴堂寺院。全憑規矩。所以蒲團放於客堂門首。與知客稽首坐談茶罷。問對何處發足。今欲何往。言真語實。觀其動靜。送單。次日清晨梳洗畢。謁聖。沐手整衣。調息緩步。恭對並足。參壇不得正中。參拜若或壇心拜者。傍觀識爲斗子。卽有殿主言責大衆輕之。若或方外衣履不潔。卽宜壇外傍參。或有八字脚。

立或有雙手合掌。以至頭如冲碓。臂若大扒。或跪叩四五。或立揖二三。若此者。定是庸蠢之漢也。

一凡全真朝謁。外有尊重威儀。內則冥心誠敬。注相凝神。端拱對闕。鞠不過眉。躬如滿月。五體投地。拜不疾起。必待氣足。然後興身。須俟神清。如前再拜。更有三版九叩之秘。稽首揖首之模。若進鉢堂。行十方禮。始從左旋而進。終從右旋而退。與大衆作揖。堂主都管作揖。次揖典座茶頭。此必上士。卽有知賓來陪於客堂。先茶後飯。靜室安單。如或下士。任其散步。隨堂茶飯。乃於十方堂歇之。因其禮貌不全。

之故也。

一凡全真行住坐卧俱有約規。問答言談悉有起止。所以習  
演行如鶴步。乃效道骨仙風。坐如提石。卧如灣弓。行如清  
風。立如蒼松。出聲如病夫。綉女舉動如雅士。寒儒問一答  
一。須按丹經而說。導傍指迷。莫引俗務之談。若或行如風  
柳。坐如垂蓮。或擅言邦國之事。謗訕釋氏之學。或求問大  
道。訛說傍門。誑惑他人。自尊飽學。此謂無師指授之輩。道  
聽途說之流。服冒全真欺罔之輩。此之爲三教毛。四不像。  
若或衣冠禮貌。不合教規者。此爲兩頭蠻。或著相傍門。不

能有志於道者。不通之迷士也。

一凡全真服式。惟青爲主。青爲東方甲乙木。泰卦之位。又爲青龍生旺之氣是爲。

東華帝君之後脉。所以有木青泰。皆喻言隱義。以藏全真性命雙修之理也。

朝叅公服。頂黃冠。戴玄巾。着青袍。繫黃絲。外穿鶴氅。足穿白襪。腳履雲霞鑲鞋。取五行俱備之故耳。若宗律兩師。加中單。禮足方謂合式也。

一凡全真初會之時。必宜二三日後。乃可問其踪跡。或從那

座名山出家或常住那一省。那府那縣那宮那觀那一派。恐其只知七真宗派。而不知許真君有靜明派。薩真君有西河派。有老君混元派。玄帝派。茅山靜一派。洞庭金丹派。乾元觀閭祖派。尹真人樓觀派。張三丰新宗派。牢山孫祖。徐祖。清微。靈寶。正一。寶田等派。此數派俱有聞人於方外。叅學道法二事。尋訪高士名人。或遙謁宗師教主。既慕名而至。進謁時。問答不僞。真修無虛。或行師生之禮。筵會以盡賓主之儀。兩德俱全。乃不乖教。而名傳四海矣。或問時不知法派來由。妄談雜事。此乃詐僞之徒。非爲叅訪道。

法之高士也。

一凡全真內修者有五經四書至要之典。猶儒者之學。不可缺一也。五經者陰符經道德經黃庭經清淨經龍虎經是也。四書者參同契悟真篇三皇玉訣青華秘文。又有道書全集。一切真人諸品仙經丹書。提起皆知隨時能講。剖義無差。釋理有據。此爲參學留心於大道明理之士。然祇宜默默自修爲上。若或欣談爐火。燒茅煉汞。彼家採戰服食按摩存想搬運。或守頑空。或執口誦諸等雜學者。爲三千六百傍門。九十六種外道之流。更有不通書義。呼牛作馬。

不通道理以黑爲白見高明者嫉妬萬般見老幼者欺壓百狀。

祖師云此爲敗教之魔軍。地獄之種子。二枝角或有或無。一條尾千定萬定。

一凡全真必先功行。乃可漸入仙源。謹按皇經云。從此漸進修。成道事諸聖。所以外修亦必習五經四書爲至要之典。不可缺一五經者。皇經。度人經。玉樞經。三官經。北斗經。此外修之五經是也。四書者。生神章。祭煉科。祈禱儀。千金方。此外修之四書是也。更有諸品經懺。俱宜虔學。逐一精通。

誦之必應。禱之必靈。或爲國爲民。水旱蝗蟲。刀兵瘟疫。飢饉。懺穰。保安扶危。施藥治病。濟幽拔苦。普度存亡。是爲修真本務之事。如或妖言捏怪。左道邪術。僞法禱魔。指化騙俗。假經索利。違科棄典。飲酒食肉。五葷九厭。不斷。此爲民間耗鼠。教內魔軍。陽冥必報。

一凡全真。知天樂道。終日如愚。稀言自然。清虛冷淡。薄味甘貧。或棲山林。或居洞府。或隱市塵。或行浪跡。全在慈悲爲本。方便爲門。清靜爲道。柔弱爲德。利濟爲功。操持爲行。若或貢高我慢。嫉賢妒能。誇已訕人。廢公毀善。言清行濁。內



僞外恭。此非學道之士。不足言之也。

一凡全真敬謁

佛像。則合十和南。或頂禮問訊。恭禮。

儒聖。則虎拜擎拳。或揖跪叩首。此本

太上所云道

尙圓通。見相呈相之義也。

一凡全真見父母官。行庭恭禮。三揖三叩。其儀注兩手打拱。鞠躬揖下。以額叩手上。兩膝一曲爲一叩。如是三次。爲庭恭禮。故曰三揖三叩。恭時口稱某觀道人。恭見父母爺。恭畢。退侍左右。端拱而立。官命坐。則又一揖降而隅坐。有問答。則必肅然起立。不可坐問坐答。此本

太上禮以自

卑尊人乃亨之義。然尤貴能雍雍合度。起立自然。切戒有跼蹐不安之狀。並忌有輕浮便捷之風。

一凡全真誦經。以和爲尙。以誠爲宗。一心不二。如身入皓月之中。空空洞洞。不見不聞。字字句句。皆由心出。如不出聲。對經默看。必要字字從天目中印出。方爲合法。苟惟音調宜人。跪禮合度。是應門規模。猶非全真所尙也。

一凡全真上殿。惟獻香一刻。不論賓主。皆就爐前中跪。其儀注。盥手捧香。向上跪拱。繼以左手獻插爐內。香不離寸。且要齊勻平直。或以左手結止。鶴訣。唧獻沉降等香。每香上

以天目書一心字。此初上香也。嗣以左手結行鶴訣。啣獻  
每塊以天目書一誠字。此次上香也。又復以右手加結玉  
印。安於胸前。以左手結飛鶴訣。啣獻寶香。以天目書一信  
字。此三上香也。每進上香。皆宜默念祝香咒。上香事畢。苟  
非觀主。須卽退歸本位。極誠叩禮。

一凡全真供水。忌汲井泉。要於夜半子時。取於溪河之中。或  
用淨布作帳。收取天泉。此爲更淨也。

一凡全真供花。忌獻梗生殘刺。如月季之類。不供其最上者。  
莫如梅、蓮、蘭、桂。其次則桃、菊、杏、棠。牡丹、芍藥。以外皆非上

品。但其味不臭。而其色可取者。亦許採供。

一凡全真香禁燃檀。違者罪重。其條不獨載於女青。而其說不一。崑陽律師謂檀出海南。今古宮妃間以上供薰沐。按今禁中歲以檀末塗壁。謂之香泥。一歲一更。故凡京舖所市線香。其色黃。其臭濁者疑是宮泥所製也。又按太微律註亦云。燃檀之禁。由來久矣。然所禁者。宮遺穢檀。非謂淨檀。亦禁。查自唐玄宗後。其禁愈嚴。因有天師葉法善悞用宮檀。致受七孔流血之罰。故耳。今如欲用。可不慎加選擇乎。

一凡全真晏客。菜豐不過五簋。未昏卽散。讓菜以茶。至敬以露。如玫瑰。荷花。金銀。松柏。苗葉。菊葉等露是也。

一凡全真過午不食。菜禁兼味。食時不語。食後忌坐。尤忌飯飽誦經。食後禮拜。故凡欲坐誦禮拜。須刻焚線香半炷也。

一凡全真有三不起。齋堂受齋不起。經堂誦經不起。圍堂打坐不起。不起者。客來不起立也。蓋以律不當起而起。恐錯因果。況心無二用。客且未見。何有起立。今雖修未到此。教相宜全。故三不起戒。不可不知也。

一凡全真未習戒本。不得習經法。求戒受戒。不得躡等。已入

戒閱戒本。須焚香禮拜。不得草率展閱。不得容人盜看。戒本不得盜聽。真師說法。禮誦功課。宜敬謹。三時勿簡。不得矯飾威儀。求人恭敬。不得廣談因果。希人布施。不得非時禮拜。欲禮拜。當白觀主。總宜於人靜時默拜也。凡非觀主。禮拜不得占殿中央。中央是常住位。凡主殿上香燈供具。宜細行。不得粗率。凡焚香時。微默咒曰。常焚心香。得大清淨。上燈燭微咒曰。破除重暗。洞照十方。不得專揀。應赴經典習學。或遇貧難。不堪當安命自慰。不得怨天恨地。不得見士俗便說。當布施作福。不得對外教談道法。不得強化。

施主財物亦不得囑託豪貴親知募化不得貨殖營利不得假托緣事募財爲私用不得無故入他宮觀及僧院不得無故至俗家或有事至俗家事畢卽返不得久留不得與親俗小兒等笑談雜語不得以衣物寄頓俗家遠近出入不得失儀同事或失儀不得非笑此條出崑陽真人玄門持戒編下數則同。

一凡全真事師朔望見師當禮拜問師道法當禮拜聞師飲食時坐功時誦經時不進見不問道見師欲禮拜師止之當順師命師與人禮拜不得與師同禮拜師前不得受人

禮拜侍師講論道法師身心倦教去應去凡出入當先白師製衣服冠巾等物當先白師作衆事如雲遊守山聽講興緣事等當先白師人從已借物當先白師師許然後與欲從人借物當先白師師聽然後去欲習經懺當先白師若人以物施當先白師已然後受已物欲施人當先白師師聽然後與凡事白師師聽與否皆當作禮而退不得含愠師有疾宜盡心看視不得懈怠師令澣褻衣不得現裏師令滌溺器不得嫌不淨師唾涕當卽除去燈月下不得履踐師影師教戒嚴切不得還逆語人問師諱答云上某



下某問號答云某師。

一凡全真視聽各有威儀戒忌。如閱經典當端坐體認不得輒指日月虹霓不得久視日月雲漢不得視外教書不得視小說傳奇閒雜書。侍坐師側及對賓客宜正視不得上視不得下視不得流視不得注視。亂色嘆羨奇艷隨師登高眺遠視師所視處不得他視。隨師出入不得左右顧盼。當低頭隨後。入城市遇一切戲幻聚衆事不得注目。視歸不得侈談城市風景奢華。傳達師友書信不得私拆窺視。入師友房不得亂將經藉翻視。入城市不得顧視女人。不

得睨視女人不得盜聽說法不得傾耳聽法不得聽淫樂  
不得聽笑談雜話不得聽唱歌曲不得隔垣傾聽人語師  
誦經講道當起敬諦聽不得雜聽一切

一凡全真言語各有威儀戒忌如入法堂及侍師席不得高  
聲言語亦不得大聲咳嗽不得多言不得疾言不得效市  
語隱謎師不問不得言師語未了不得言不得言人過失  
不得言士俗家務不得言朝廷官府事不得言閨閫事不  
得言爲媒爲保事不得非時言道法不得與婦人低聲密  
語不得與少年子弟笑談戲語飲食時不得言語寢息時

不得言語。有親友來訪。不得在法堂久坐。交談當在林下。水邊。方可傾心。坐論質疑。詢道當禮拜致敬。師有問。當禮拜敬對。不得強不知以爲知。執己見以爲是。如問家常事。不必禮拜。當據實對。對士俗。不得言爐火黃白術。不得言彼家術。不得言符咒幻術。不得訶風罵雨。不得言一切傍門小術。不得言外教優劣。

一凡全真盥漱。各有威儀戒忌。如盥漱吐水。當徐徐引下。不得高聲嘔吐唾涕。夏月盥器當覆。不令生蟲。棄不淨水。不得當路。當低低潑下。不得高手揚潑。潑人衣上。不得熱湯。

潑地。內衣宜煩澣。有蟣虱。宜先拾去。髮宜多櫛。積髮多。乃  
焚。僻靜處。不得頓房內壁縫。法堂中。聖像前。不得盥漱。刺  
齒。唾涕。當在僻靜處。亦不得對北唾涕。有瘡癬。當避人。不  
得盥漱共器。有可畏瘡瘡。不得刺人目。

一凡全真飲食。各有威儀戒忌。如凡齋會。先致敬供奉。

聖真。大眾端莊齊立。誦靈書中篇畢。末座出生。於衆生盤。

內誦偈云。汝等鬼神衆。我今施汝供。一粒遍十方。河沙鬼

神共唵。吽靈娑訶。

音卷典  
三遍

出生。飯不過七粒。麵不過一寸。饅頭。

不過指甲許。餘飲食蔬菜。不出生。食時微咒曰。五星之炁。

六甲之精三眞天倉清雲常盈黃父赤子守中無傾飲時  
微咒曰神水入腹五臟清明凡飲食時不得笑語不得含  
食語不得呵食好惡不得搔首不得刺齒欲刺齒以袖掩  
口不得嚙食有聲不得作口容不得啞舌有聲不得不遜  
恣食不得已歷己口復反盤內飯中有穀當去皮食之不  
得棄地飲食中有蟲蠅宜密去之不得令衆知食竟不得  
更離座食放碗箸不得有聲不得偏衆食不得見美味生  
貪心恣食凡同衆食不得太遲不得太速舉箸放箸不在  
師長前行食未至不得生煩惱不得大聲呼喚時常飲食

不得失儀。有失儀者不得非笑。飲食畢。擊磬聽大眾經行。  
一凡全真出行。各有威儀戒忌。如入法堂。行要安詳舒徐。有  
人閱經。不得在彼案前經行。有人禮拜。不得近彼頭前經  
行。入觀宇。不得行中央。當緣或左或右行。隨師行當低頭。  
隨後。不得左右顧盼。不得止道傍。久共人語。不得馳行。不  
得棹臂行。不得與少年道俗談笑同行。不得在女人前後  
互隨行。不得與醉漢狂夫前後互隨行。隨師行若偶分行。  
期會處。不得後時。凡遇官府。不論大小。宜迴避。年少戒行  
未堅。不得遠方遊行。必欲叅師訪道。當擇賢侶。不得同不

肖匪人同行

一凡全真起立各有威儀戒忌如立不得偏任一足及倚桌靠壁侍師不得對面立不得高處立不得遠立立師後不得倚師座見師長起立見賓客起立除誦經作務患病時不起立侍師師命坐方坐師有問當起儒禮云君子問更端則起而對

一凡全真坐臥各有威儀戒忌如看閱經典不得箕踞當焚香正襟危坐不得當聖像坐坐功依師傳授按時靜坐不得失次對師長不得坐功對賓客不得坐功夜中宜多坐

少卧不得同婦人坐。不得與女冠同坐。如女冠來問道。問  
示畢。卽遣歸。不得久留坐。靜坐約一時。或經行。或卧與人  
並坐。不得橫肱坐。不得整膝坐。交臂膝坐。凡卧宜側體。屈  
足醒則舒。不得偃仰卧。不得與俗友同房卧。或同房不得  
同榻卧。師未卧。不得先卧。不得無故與師分房卧。已卧不  
得言語。不得脫小衣卧。不得于非處卧。臨卧。擣火入房。須  
與同房者知。云火入欲熄火。亦與知。云更用燈否。大暑不  
得伏地卧。不得露卧。不得晝卧。不得飽食便卧。不得置火  
枕邊。不得攜穢器從法堂前過。晨起先左足下牀。臨卧時



呪曰太真玉女侍真衛魂三宮金童來守生門卧醒時呪曰當願衆生以迷入覺一旦豁然下牀時呪曰化惡反善上書三光使我長生乘景駕雲。

一凡全真作務各有威儀戒忌凡作務不得辭勞苦平日當愛惜常住物件不得狼籍米穀粉麵等凡洗菜當三易水凡汲水當先洗手又當諦視有蟲無蟲絹濾過方用嚴冬不得蚤濾水須待日出爨不得燃腐薪凡作食當三澡水不得帶爪甲垢掃地當先灑水每方五尺作一次掃不得揚塵不得逆風掃不得聚灰土於門扇後



著書難刻書亦不易余與諸同志重刻古書隱樓藏書批註  
校勘竭數人之力已越二載而尙未告竣適汪樂川先生來  
云楊君光甫訪得廣陵贊化宮前道士王桐生所刻碧苑  
壇經清規元妙二版字尙清晰未蕪因與徐君星槎嚴君澹  
庵劉君甸侯夏君友柏集資將板購存附入此次重刻之內  
是舉也一則可免重刻之勞二則不沒王道士之志此皆汪  
楊二君體恤之深衷余亦不忍沒之故記數語於書後

民國丁巳年三月式一子謹記

清夫二女

金屋

清規元妙全真叅訪內集

學道須知

夫學道高賢希仙烈士既慕全真大教須知性命雙修若不  
叅訪明師豈得天機妙訣跳出凡籠拋離火院除情割愛  
捨妄歸真黃冠鶴氅爲

太上之門人羽扇芒鞋作

東華之弟子操持戒行磨煉身心觀諸邪道如覩冤仇避諸  
愛慾如避水火。飡風宿雨滅富貴之身心戴月披星絕奢  
華之妄念單瓢隻筯不辭萬里之遙野鶴孤雲惟尋一心

清夫元女  
一  
之樂。安貧而積德。知命以待時。琢磨塵垢。修養性天。或至  
名山而掛搭。或投洞府以安單。或進鉢堂而演學。或入叢  
林以訪求。須知忍辱藏垢。切宜謹言慎行。心存柔遜。志戒  
剛強。莫干是非之見。務忘物我之情。絕巧棄智。爲立德之  
址基。含光守虛。乃進道之權輿。動靜云爲。遵

五祖儀範而約束。行往坐卧。依

七真規矩以修持。所閱丹經道德。陰符龍虎。欲聞玄妙。悟真  
金碧。叅同至要。於三皇秘訣。至顯於青華秘文。規中指南  
字減而言徹。黃庭內註。理直以竅明。南華則文深義奧。覽

之難詳清靜則性見心明觀之易悟博學審問苦志殷勤  
求道若軒轅之走膝問禮如

仲尼之虛衷不憚進履之勞休惜斷臂之痛自感明師之指  
教必得至人之心傳引證性命之宗而搜尋根蒂深窮生  
死之旨以明辨本來盟天方談魁斗歎血乃示台罡要知  
大道當究一炁二儀三才四象五行六合七政八卦九宮  
十極須言言而省悟欲知丹法必曉十轉九還八關七返  
六通五明四門三元二竅一竅宜字字以叅詳探陰陽昇  
降於園中審水火反還於身內知止方明造化誠意始覺

妙音守真抱一。對景忘情。湛然萬緣不染。自然一旦貫通。性天瑩徹。實際悟明。斯爲一襟之朗月。堪舞兩袖之清風。或擇洞天而入室。或選福地以閉園。預交雲朋霞友。以爲道伴。次結茅菴草舍。以作丹房。調琴理性。飛劍降魔。驅龍就虎。則會合風雲。提兔擒烏。則交接鉛汞。轉地軸。則復通乾谷。撥天關。則姤返坤宮。鼓巽風而煅煉。運離火以烹煎。加減進退之有時。溫養沐浴之無錯。則太乙壺中。滿飲長生之酒。黃庭宮內。永結不老之丹。停工罷戰。混俗和光。或隱塵寰而積行。或棲塵市以累功。德滿人間。名題天上。靜



待玉京之詔早謁

金闕之尊。宴賜蟠桃。勅遊閨苑。九屬皆超於極樂。仙友同上於蓬壺。此係清修之結果。卽大成之標榜也。

茲外。或有纔離俗網。乍入元門。未滌已往之愆。懸思將來之福。或根鈍智淺。豈究天機之妙訣。或德薄業深。難逢聖道之明師。性隨物轉。意被情纏。致使一心着於二念。二毒擾於四非。因其五蘊不空。故爾六賊難伏。七情牽動。八識分攻。九竅之邪。永干於真境。十惡之業。滋蔓於靈臺。如雲迷皓月。似霧掩青天。慧光不耀。聖智難明。靈機因而閉塞。

妄欲由以叠生。斯無神氣之凝焉。有返還之妙。正所爲身不勞而功不大。

天神未佑。行不廣而心不死。

仙聖難容。學者莫負清淨之虛名。休執無爲之假相。雖甘衣草木。食徒自苦。已勞形。若頑坐存思。必着於魔景。但妄行搬運。定結於幻丹。恐致恩中生害。有始鮮終。叮嚀學者。微細叅詳。勿錯修持。須尋正道。勇猛精進。宜尊九節之功。奮勉修行。漸進三乘之路。合身心而並煉。兼內外以交修。靜則窮理盡性。動則積行累功。須行時時之方便。務存種種。

之慈悲濟幽拔苦爲仙翁由是以成道扶災施藥薩真人  
因此以登仙除害蕩妖許旌陽功圓而拔宅祝國佑民陶  
弘景行滿而飛昇歷古至仙悉從苦行而超越迄今末學  
豈離積德以成真懃滌障冤愆生定慧常含默默之光每  
存綿綿之息則善芽增長於三田而靈根培植於寸地此  
係漸修之法門卽上乘之階級也要之漸頓雖有二途至  
道皆原一本凡慕道英賢矢志叅訪俱當體此前修庶不  
溺於旁術故識斯論以照昏渠堪爲修真寶鑑辨道靈梯  
卽叅訪之關憑亦雲遊之路引進我教者執爲符券尋海

岳可契矣。

天誠云纖毫失度卽招暗黑之愆。霎頃邪言必犯禁空之醜。天神耳目咫尺非遙。克告行人。自當覺察。倘言行無愧。陰德周隆。自有神仙作汝師。至此何憂身不度。

### 戒食銘

凡入齋堂。嚴整衣冠。雲厨煮粟。非是等閑。無內無外。粒米同食。先學齋食。後學成仙。題鉢展轉。飯可重添。揚言宜忌。並斜側肩。行尊道氣。休看衣衫。莫論主客。一體皆安。謹慎檢點。務要心堅。道氣常存。一體同觀。粒米莖薪。工夫一年。念

頭若錯孽累儘填披毛帶角骨肉奉還

紫清真人清規榜

天地神人鬼五仙盡規矩定方圓逆則路路生顛倒順則頭  
頭合自然夫此聖賢息肩之地亦惟神仙養素之軒晨昏  
焚香頂祝頌

皇王聖壽以無疆朝暮宣揚

聖號保宰官士庶而清寧是以凡聖同居隱顯莫測隻履單  
瓢作壺中之活計孤雲野鶴爲物外之閑人散澹無拘逍  
遙物外黃梁夢覺安然一枕清風金汞爐開不覺半窗明

月功成行滿體妙神靈伏龍虎而出昏衢跨鸞鶴而歸洞  
府或其初離塵俗乍入元門心地尙迷性天未徹切以遵  
守清規行持莫犯待師敬友念道思真常在性命上留心  
莫向利名中挂意行須緩步語要低聲勿歌妖艷之詞休  
講是非之事公私出幹不許燈火而回打坐絕言只等鍾  
鳴而起來時明向掛搭去時對衆抽單倘有違犯量情究  
責輕則香油茶餅重則竹篦下山偷盜杖逐燒燬衣鉢賭  
博葷酒不許在堂執事邪淫姦騙澈骨揚灰有違同衆倍  
罰故茲榜示各宜知悉

五湖雲水 混居一堂 既集徒侶 須明紀綱  
或凡或聖 時隱時彰 神化無定 道規有常

長春真人清規榜

夫處山者清虛冷淡瀟灑寂寥見性爲本養命爲用柔弱爲  
常謙和爲德慈悲爲本方便爲門在衆者常居低下處靜  
者勿起塵情所有塵勞量力運用可以過度每一衣食不  
可過用每計錢糧不可積剩治身衣服不可貪求或常住  
之物有餘者濟贍往來經過貧寒之士或於他處行緣或  
以備齋設會十二時中不着於假常要明真掃除塵垢刷

釜汲水。担薪炊膳。除己私意。勿起嗔心。各處一室。澄心辨道。各分局次。當占一科。或以互換。調煉真性。不得執着爲用。不得遞相是非。謹要降心。削除人我。泯於聲色。離形去智。湛然無欲。見三教門人。須當平待。不得怠慢驕心。無事不得出觀。晚夕早閉其戶。寅旦晚啟其門。倘有送供者。平常接待。無施利者。勿起二心。凡有遊歷之士。但過三日。是高明者。舉進住坐。無志氣者。他處遊行。次驗脚冊。分據詳察。緣由。若不分明。其間恐有隱匿詐僞之人。不當穩便。防一等野道愚徒之輩。奸詐之人。以言相惑。點汚徒衆。破除



觀舍常談是非便合遣出若有投觀出家者不得擅便引  
進先觀道氣次看悟道或祖上家風善惡又自己德行淺  
深高明者携之愚蠢者抑之或於觀中幹辦等事先問觀  
主次與合堂道衆評論出家無論早晚不擇老幼但祇達  
理明心者堪爲上人也凡有化導不得詐僞師家名目若  
使心指托觀舍要取檀越等物自己用度便是私瞞常住  
上天鑒察必無輕譴故茲榜示。

長春真人執事榜

竊聞人生天地之間如白駒過隙忽然而已來之不可御去

之不可止。及其六八變滅。四大分離。身尙不存。生非我有。觀其所以然者。莫若體乎至道。察其所以修者。莫若明乎本心。蓋心卽是道。道卽是心。心外無道道外無心。唯在吾人一嘿會耳。故作凡作聖。皆由我做悟。眞悟道。不出他行。先須領解。次須進修。運水搬柴。無非這個。誦經禮懺。只在此兒。各請具眼同觀。勿得當面錯過。自今雲水相逢。烟霞集會。倘得道逢師。師邊得旨。恒心領悟了。知出世之家風。立志修持。堪作昇仙之活計。毋虧功行。當悟本來。所有玄憲清規。凡諸執事。條陳於後。

一都監者總括玄綱糾諸執事

都管者宰制道範監齋督戒

二者乃人天之眼目。仙聖之規模。以道德存心。以仁慈利衆。向父母未生前。悟本來面目。在聖賢經教內。發性地光明。先調中和命脉。後觀竅妙真機。造化爐中。擒龍制虎。乾坤鼎內。取坎填離。以升堂入室之旨。就裡提撕。以明心見性之功。意外領悟。導引福善。開化賢良。動靜肅恭。威儀誠敬。稍有過差。倍衆公罰。

一左堂執提轄侍者。

右堂執協理茶司。

二者實大衆之綱紀。作後學之筌蹄。輔佐元範。運轉法輪。出入巡香。恒加敬畏。上下止靜。務要純和。糾察輕躁之失。儀公舉怠違之越理。言語莊重。氣色溫柔。有犯元規。跪香罰拜。

一龍虎二單者。誠當辦道。協志修身。除雜念。以觀心。息思慮。而注意調神。攝靜功夫。常蘊於丹田。舉步經行。戒律每存於赤窟。須守元憲。勿犯清規。違者跪香。

一日月二單者。誦經禮懺之際。以戒愼恐懼。而注想尊容。以

齋莊中正而昭事

上帝同音譴儀一志皈依倘朝奏失儀誦念疎畧者同衆罰香。

一侍香燈殿主者侍奉香燈陳設品供誠心潔靜勿令厭穢觸犯靈壇從事精勤當要虔恭同臨法會倘有缺悞供品不齊者跪香。

一典座飯頭者爲大衆司命叢林中根本辦上賢之齋饌宜謹宜潔勿怠勿疎菜品精製六味調和戒餽餘之不潔防人物之殘失所以格天眞而歆享資道衆以和身倘有

忽畧不恭。罰香。

一茶頭水頭者。潔備精泉烹煎玉露獻。

仙供聖延奉高真。運水須淨泉源。人我必戒穢污。倘有失悞者。罰香。

一火頭司靜者。早則開靜先起。晚則止靜方眠。竈前火燭加護謹慎。灑掃堦庭。務須清潔。違者跪香。

一庫頭者。執掌錢糧。經收出入。錙銖布施。乃衆善之脂膏。顆粒齋糧。實諸緣之血汗。勿欺勿昧。此心方可對青天。若染若侵。他日糾而沉黑暗。務要登記明白。收放得宜。倘有差

失隱匿之情許大衆直言表出輕者罰齋重者逐出

買辦者務得正直光明勿欺暗室凡屬聽用齋糧供品蔬菜什物等件俱入庫爲義辦買物件照依實價勿得因染脂膏有壞道心倘有私隱情弊者重罰

一化主者導引賢良開化福善募緣于貴人君子積功於聖境靈壇當思利人利物勿得徇己徇私倘有偏移倍罰設齋供衆

一知賓爲常住之儀表先存謙恭敬讓次須禮貌端嚴迎送勿失清規酌答必合元範虛懷應客正己待賢或矯慢不

恭者重罰。

一書記者。乃叢林出類拔萃之流。超羣越衆之輩。文式藏於胸中。元機諱於心內。申奏文疏。俱要端楷精誠。而感格天帝。回發書禮。當清正恭敬。曾答高賢。閑中取靜。而默運身心。忙裡偷閑。而窮悟妙道。務求證聖成眞。勿令轉凡入趣。倘或字意差訛。同類宜當面較。如拘慢故違。重則辦齋。輕則跪香。

一知觀者。總理常住一應大小事體。爲叢林之表率。作大衆之領袖。以道德蘊乎心胸。以仁義彰於形狀。松柏節操。水



月襟懷。四威儀。內慎獨。恒修萬行。門中忍辱。培養以責人之心。責己恕己之念。恕人寬以待衆。謙以持身。蔚真風於海宇。闡元化於諸方。名重當時。德流遐邇。不負素位之任也。稍有文飾。加倍罰齋。

一副觀者。亦叢林之棟樑。大衆之綱領。必以道德齊備。仁義兼徹。威儀可法。德行無虧。待衆以謙。爲本。款客以禮。爲尊。敬

神聖儼然在上。視將帥如在殿庭。導衆名題玉籍。先人字列。神京闡

太上之教法宣

玉帝之金經。鄉閭仰德。眾庶蒙休。稍有意弛。倍罰齋供。

一靜主者。道德兼全。仁義並著。坐靜安園。惜精養氣。以清淨爲本。而以定慧爲宗。去俗中之境界。作物外之生涯。朝暮朝真。祝延

聖壽。專持入聖超凡。出入金門。自在煉三寶。作金丹。守一真。爲大藥。幹開元竅。返復陰陽。燦百焰於九鼎之中。聚萬化於一壺之內。三千功滿。名掛仙羣。八百慇懃。方超塵劫。如此則陰籍無名。仙班有分。領眾冲舉。上昇霄漢。真仙比肩。

天人同駕。倘有公私人我。一例罰齋供衆。

一巡照叢林鑒察。都司統轄。一堂大小執事。乃代天宣化。替祖闡揚。提拔有道高人。而修真養性。巡察犯規羽士。而按律施行。倘有失察。公罰。

一收供者。辦大衆之齋糧。實常住之根蒂。民之足食。猶國之足兵。雖珍饈美味可除。而黃齏淡飯難免。常存釋迦有餽虎之心。須念墨子以身磨利世。毋辭勞苦。毋起悔心。如或懈怠失遺。而文飾崛强者。罰香。

一園頭者。宜當健健勤勤。勿致疎缺。四時之菜蔬。不失其時。

一歲之吃食有餘有剩如或應用有缺竊取私賣者重罰  
一凡諸文武職事各有其德不得互相爭競有害道風文有  
燮理紀綱宣揚正法導引愚迷開誘暴惡武有護道安民  
奮身立德寒暑無辭晝夜不間皆可謂

太上之法器而不恥

祖師之苗裔正當上下相照內外相和各宜共掃塵情同證  
妙果凡諸執事自盡規條雖未見性庶幾近焉倘若文職  
自恃才能蓋衆視武職爲愚蠢武職自謂勇幹立功議文  
人爲無用者此皆非有智之士也如或各恃其能而生傲

慢者。知過謝罪。

以上數條。務望人人留意。個個省心。倘有推託倚靠等情。大眾自有真實公舉。兩堂功課。宜持五品皇經。莫怠十方有志高人。住者自當恭敬。不可獨善其身。倘外明而內暗。口是而心非。或陰多而陽少。公來而私去。十方檀越。視我爲貪悋之徒。護法真官。自有分明報應。咦。誑教諸人。負我不可我負諸人。

年 月 日 立

須知榜者

本觀住持謹白

內集

清規榜

伏以道居象帝之先。萬殊一本。無爲涓朴之後。三教同源。居塵出塵。不易。在欲無欲。實難。每見愚蒙。常沉苦海。汚濁塵凡。高明賢士。宜加警策。勿墮迷津。

太上開不二法門。忍辱第一。

長春演鉢堂之教。規模爲先。

天上不容無禮神仙。人間豈有犯規羽士。此修心煉性之所。非醉生夢死之場。如談說人我。講論是非。如此存心。焉能出世。茲者共居善地。爰立

聖堂聚千里而來之善友。合十方有道之良朋。務要互相警覺。共掃前非。莫起絲毫雜念。休生纖芥嗔心。戒凜冰霜。心持砥礪。

一凡姦盜邪淫。敗太上之律法。壞列祖之宗風者。架火焚身。凡拐帶欺騙者。炙眉燒單。

一凡攪擾清規。不遵律法者。杖責革出。

一凡賭博頑錢者。杖責頂清規。

一凡談講燒丹煉汞。哄騙迷人者。杖責逐出。

一凡飲酒茹葷。食肉攪亂常住者。杖責逐出。

一凡毀傷父母。詈罵大眾者。杖責逐出。

一凡不拜師長。不知宗派者。逐出。

一常住辦事。剋衆利己。隱瞞大眾者。罰打齋。

一凡倚勢官長俗黨。欺壓道衆者。合堂公議。杖責逐出。

一凡博奕戲謔。不遵規模行事者。輕跪香。重杖責遷單。

一凡大眾大堂公事。俗衣小帽者。跪香。

一凡私自募緣。不通衆不入常住者。遷單。

一凡妬嫉賢良。欺謾後學。驕傲自誇者。逐出。

一凡上殿登壇。笑談誼讓。背立呼童。邪目曲視。吃烟唾痰。不



依臣禮拜跪不恭者跪香。

一 凡寶殿樓閣早晚香燈供桌污穢靈壇不淨者跪香。

一 凡朝暮功課轉天尊不到者跪香。有公事者免。

一 凡朔望聖誕大衆朝賀雲集不到者跪香。有公事者免。

一 凡上齋堂言語衣冠不正碗響箸箸落地者跪香。

一 凡掛挿袋荷包上齋堂吃烟不遵道規者跪香。

一 凡常住食物私自待賓不上客堂者跪香。

一 凡常住赤體夜睡不穿小衣不扎褲管者跪香。

一 凡烹廚供獻污水穢柴交談接語食烟不虔者跪香。

一凡竈火燒香。小衣上殿。失帶冠巾不恭者跪香。

一凡出門不告白。不領籤者跪香。

一凡叢林私食。不供衆者罰打齋。

一凡出坡動靜。不隨衆者跪香。有公事者免。

一凡公私出幹。燈火回者跪香。有公事者免。

一凡開靜不起者跪香。

一凡止靜不吹燈。闌單者跪香。

一凡私自開看藏經。不通衆者罰打齋。

一凡夜寢言語驚衆者罰香。

一凡廚房拋撒五穀毀壞什物家伙者跪香。

一凡常住公事不幫助者罰香。

一凡巡照知犯清規者不罰大衆察出同罰打齋。

一凡戊禁惟除春戊寅秋戊申兩戊不忌餘戊皆忌其所禁之日凡法官道俗有開靜燒香上章進表關申天曹者滅身知而故犯者殃及九祖風刀萬劫不原非楓籙者減三等赤文天律章女青天律同以上三十六條告白大衆令依法律共遵元範故三人同行必有我師一堂共居豈無資藉常住大衆各加覺察勿致違悞有犯清規依此禁戒

之儀毋起恣縱之念切思十方飲食難消須惜一寸光陰  
易過每常謹慎修持庶得道心堅固謹榜。

執事榜

夫大厦非一木能支必須衆材之助叢林豈孤身可立還期  
庶職共襄量其材而分其司尊卑有序食其祿而共其事  
大小無虧我等旣沐

皇恩不織不耕恒存素餐之耻克勤克慎毋虛白日之過馬  
公移瓦課經良有以也龐氏擔柴運水豈徒然哉由是定  
規立矩固已先乎一己輪管分職是所望於羣公今將職

事開列於左

都監 都管 知觀 副觀 書記 知客 司庫

典座 買辦 貼案 飯頭 行堂 火頭 水頭

茶頭 值歲 巡山 田庄 園頭 園頭

西序

靜主 高功 都講 監齋 知罄 表白 經師

堂主 香燈 殿主 巡照 侍者 啟閉 雜務

知隨 童子

年 月 日 立

本觀住持謹白

長春祖師垂訓文

吾教後輩門人知悉爾等既入玄門之正教必通夙世之善根一證今生之福果一修來者之不墜若有向道之真心當遵

太上之法律奈何只圖道教以度平生並不知玄科而有禁戒粒米文錢俱有關係乃世人之膚脂農夫之血汗非用力何能消豈無功而可受汝等愚迷不自揣度不肯修持反言本教無功便向外道有意以至姦盜邪淫損人利己

或葷酒賭博壞教敗宗。或燒茅永煨騙哄迷人。或信投傍  
門毀謗正教。似此無賴種種不堪。豈是爾等道教所當爲  
哉。且莫說爾等後學。難逃果報。卽天神有過。亦黜其位。地  
祇有過。亦降其職。神仙有過。則墜入塵。鬼祟有過。則滅其  
迹。君王有過。則失其國。臣僚有過。則加其刑。士人有過。則  
削其名。庶人有過。則掠其福。一切過惡。各有所歸。何況爾  
等作孽者。豈無報應。故吾教後學門人。當自揣出家爲何  
蓋爲看破輪迴苦惱。方纔進道。豈可反造愆尤。重增罪孽。  
法有三乘。遵循本宗而行。量力而進。立志而守。苦行而修。

方是出家之正路也。夫上乘者。修真養性。苦志參元。證虛無之妙道。法天地之正氣。除塵世之冤愆。廣行仁義。大積陰功。只候三千功滿。八百行圓。然後身超三界。位列仙班。乘鸞鶴而朝金闕。駕彩雲而赴瑤池。千真恭敬。萬神護持。與天地同體。日月同光。豈不爲出家之大丈夫哉。中乘者。誠心演教。禮懺誦經。諷太上之元科。稱天尊之寶號。信心懇禱於神前。虔誠齋戒於廟中。清淨身心。闡揚大道。一念純真。常存正法。運用滅度之時。自有善人擁護。或轉送皇宮。或投生官府。或拜相而位列三台。或爲君而名登九五。



那時萬民敬仰四海歸投人中殊勝豈不尊乎下乘者建宮蓋廟印經造像修橋補路戒殺放生施茶施藥周窮濟苦不慳不吝轉化爲人生富貴之家遂心滿願一生享用無窮豈不快哉如是修爲三乘之法句句分明倘不省悟不除酒色財氣不如還俗歸家染苦爲甜任意所爲隨心所欲豈不灑樂如何久戀元門迷而不省造下無邊罪孽果報難逃有至誠者可以精進無夙緣者可以速退不然造罪加倍吾甚憐憫爲此訓焉倘有見此回心聞訓轉念重整剛志痛改前非勇猛精進聞者省悟見者開發省悟

者。回光之心也。開發者。返照之意也。如不早覺。必然永失。眞如。一墜冥途。常沉苦海。化爲異類。到此之時。悔之何及。聰明達人。細細思之。今生錯過。大道難遇矣。

光緒甲申年嘉平月



